سلسلة حول الزواج

همسة

في أذن كل عريس وعروس

عايدة أحمد الرواجبة

المكتبة الثقافية

سلسلة حول الزواج

همسة في أذن كل عريس وعروس

سلسلة حول الزواج

مركز المرأة للدراسات والاستشارات
ت : ٢٤٤٦٠٢٢
ت.ف: ٢٤٤٦٠٣٣
ترخيص رقم: (٧١)

هَمْسَة

٢٥٤٨
ر ع هـ

في أُذُن كُلّ عَريسٍ وَعَروس

إعداد: عايدة أحمد الرواجبة

المكتبة الثقافية
بيروت

جميع الحقوق محفوظة للمكتبة الثقافية ـ بيروت

الطبعة الثانية
٢٠٠٣ م.

القسم الأول

وصايا ونصائح لزواج سعيد

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

إنّ الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا وسيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلّا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله..

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِۦ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسۡلِمُونَ ١٠٢﴾ [آل عمران: الآية ١٠٢].

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُواْ رَبَّكُمُ ٱلَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفۡسٖ وَٰحِدَةٖ وَخَلَقَ مِنۡهَا زَوۡجَهَا وَبَثَّ مِنۡهُمَا رِجَالٗا كَثِيرٗا وَنِسَآءٗۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ ٱلَّذِي تَسَآءَلُونَ بِهِۦ وَٱلۡأَرۡحَامَۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَيۡكُمۡ رَقِيبٗا ١﴾ [النساء: الآية ١].

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَقُولُواْ قَوۡلٗا سَدِيدٗا ٧٠ يُصۡلِحۡ لَكُمۡ أَعۡمَٰلَكُمۡ وَيَغۡفِرۡ لَكُمۡ ذُنُوبَكُمۡۗ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدۡ فَازَ فَوۡزًا عَظِيمًا ٧١﴾ [الأحزاب: الآيتان ٧٠، ٧١].

أما بعد: فإن أصدق الحديث كتاب الله، وخير الهدى هدى محمد، وشر الأمور محدثاتها، وكل محدثة بدعة...

وبعد: فهذا كتاب في آداب اللقاء، يحتاجه الرجل والمرأة على السواء لِمَا أودعته من مواضيع هامة تهم الطرفين مثل: فوائد النكاح، والخصال المطيبة للعيش، والحقوق المشتركة بين الزوجين، ونصائح الآباء والأمهات لكل عريس وعروس، وآداب الجماع، والمطلوب والممنوع أثناء اللقاء، وهمسة في أذن العريس، وكلام سري وخاص للمرأة ومواضيع أخرى شيّقة والله الموفق لما فيه الخير والحمد لله رب العالمين.

عايدة أحمد الرواجبة

طبيعة الحياة الزوجية وتركيبها وما يترتب على التقاء الزوجين

قال تعالى: ﴿هُوَ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ [الأعراف: الآية ١٨٩] .

إنها الفطرة التي فطر الله الناس عليها.. أن يتوجَّهوا إلى الله ربهم معترفين له بالربوبية الخالصة، عند الخوف وعند الطمع.. والمثل المضروب هنا للفطرة يبدأ من أصل الخليقة، وتركيب الزوجية وطبيعتها:

﴿هُوَ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ [الأعراف: الآية ١٨٩].

فهي نفس واحدة في طبيعة تكوينها، وإن اختلفت وظيفتها بين الذكر والأنثى، وإنما هذا الاختلاف ليسكن الزوج إلى زوجه ويستريح إليها.. وهذه هي نظرة الإسلام لحقيقة الإنسان، ووظيفته الزوجية في تكوينه، وهي نظرة كاملة وصادقة جاء بها هذا الدين منذ أربعة عشر قرناً، يوم أن كانت الديانات المُحرفة تعد المرأة أصل البلاء الإنساني وتعتبرها لعنة ونجساً وفخاً للغواية تُحذر منه تحذيراً شديداً، ويوم أن كانت الوثنيات ولا تزال تعدها من سقط المتاع أو على الأكثر خادماً أدنى مرتبة من الرجل ولا حساب له في ذاته على الإطلاق.

والأصل في التقاء الزوجين هو السكن والاطمئنان والأنس والاستقرار ليظل السكون والأمن هو المحضن الذي تنمو فيه الفراخ الزغب، وينتج فيه المحصول البشري الثمين، ويؤهل فيه الجيل الناشئ لحمل تراث التمدن البشري والإضافة إليه، ولم يجعل هذا الالتقاء لمجرد اللذة العابرة والنزوة العارضة، كما أنه لم يجعله شقاقاً ونزاعاً وتعارضاً بين الاختصاصات والوظائف أو تكراراً للاختصاصات والوظائف كما تخبط الجاهليات في القديم والحديث سواء!

وفيه خمس فوائد: الولد، وكسر الشهوة، وتدبير المنزل، وكثرة العشيرة، ومجاهدة النفس بالقيام بهن.

الفائدة الأولى:

الولد الأصل وله وضع النكاح، والمقصود إبقاء النسل، وأن لا يخلو العالم عن جنس الإنس، وإنما الشهوة خلقت باعثة مستحثة..

وفي التوصل إلى الولد قربة من أربعة أوجه هي الأصل في الترغيب فيه عند الأمن من غوائل الشهوة حتى لم يحب أحدهم أن يلقى الله عزباً:

الأول: موافقة محبة الله بالسعي في تحصيل الولد لإبقاء جنس الإنسان.

والثاني: طلب محبة رسول الله ﷺ في تكثير من مباهاته..

والثالث: طلب التبرك بدعاء الولد الصالح بعده..

والرابع: طلب الشفاعة بموت الولد الصغير إذا مات قبله.

الفائدة الثانية:

التحصن من الشيطان، وكسر التوقان، ودفع غوائل الشهوة، وغض البصر، وحفظ الفرج... وإليه الإشارة بقوله عليه الصلاة والسلام: «من نكح فقد حصن نصف دينه فليتق الله في الشطر الآخر»[1].. وإليه الإشارة بقوله عليه الصلاة والسلام: «عليكم بالباءة فمن لم يستطع فعليه بالصوم فإن الصوم له وجاء»[2].

---

(١) أخرجه الهيثمي في «المجمع» ٤/ ٢٥٢، والزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٢٨٨ وقال مخرج الإحياء وسنده ضعيف. وفي «المستدرك وصحح إسناده بلفظ: «من رزقه الله امرأة صالحة فقد أعانه على شطر دينه..» الحديث انظر: «الإحياء» ٢/ ٢٢.

(٢) أخرجه بلفظه: «من استطاع الباءة فليتزوج» البخاري ٣/ ٣٤، ومسلم (النكاح) وأبو داود (النكاح) =

فالنكاح بسبب دفع غائلة الشهوة مهم في الدين لكل من لا يؤتى عن عجز وعنة وهم غالب الخلق، فإن الشهوة إذا غلبت ولم تقاومها قوّة التقوى جرّت إلى اقتحام الفواحش، وإليه أشار بقوله عليه الصلاة والسلام عن الله تعالى: ﴿إِلَّا تَفْعَلُوهُ تَكُن فِتْنَةٌ فِي ٱلْأَرْضِ وَفَسَادٌ كَبِيرٌ﴾ [الأنفال: الآية ٧٣] .

وإن كان ملجماً بلجام التقوى فغايته أن يكف الجوارح عن إجابة الشهوة، فيغض البصر ويحفظ الفرج، فأما حفظ القلب عن الوسواس والفكر فلا يدخل تحت اختياره، بل لا تزال النفس تجاذبه وتحدثه بأمور الوقاع ولا يفتر عنه الشيطان الموسوس إليه في أكثر الأوقات، وقد يعرض له ذلك في أثناء الصلاة حتى يجري على خاطره من أمور الوقاع ما لو صرح به بين يدي أخس الخلق لاستحى منه، والله مطلع على قلبه، والقلب في حق الله كاللسان في حق الخلق، والمواظبة على الصوم لا تقطع مادة الوسوسة في حق أكثر الخلق إلّا أن ينضاف إليه ضعف في البدن وفساد في المزاج، ولذلك قال ابن عباس رضي الله عنهما: لا يتم نسك الناسك إلا بالنكاح، وهذه محنة عامة قل من يتخلص منها، قال قتادة في معنى قوله تعالى: ﴿وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦ﴾ [البقرة: الآية ٢٨٦] هو الغلمة، وهذه بلية غالبة إذا هاجت لا يقاومها عقل ولا دين، وهي مع أنها صالحة لأن تكون باعثة على الحياتين فهي أقوى آلة الشيطان على بني آدم، وإليه أشار عليه الصلاة والسلام بقوله: «ما رأيت من ناقصات عقل ودين أغلب لذوي الألباب منكن»[1]. .

وإنما ذلك لهيجان الشهوة، وقال ﷺ في دعائه: «أسألك أن تطهر قلبي وتحفظ فرجي»[2]. . فما يستعيذ منه رسول الله ﷺ كيف يجوز التساهل فيه لغيره!!

وكذلك أمر رسول الله ﷺ كل من وقع نظره على امرأة فتاقت إليها نفسه أن يجامع أهله، لأن ذلك يدفع الوسواس عن النفس، فقد روى جابر أنَّ النبي ﷺ رأى امرأة فدخل على زينب فقضى حاجته وخرج وقال: «إنَّ المرأة إذا أقبلت أقبلت بصورة شيطان، فإذا

= ب ١، والنسائي ٤/ ١٧٠ و٦/ ٥٧ وابن ماجه (١٨٤٥) وأحمد ١/ ٤٣٢ و٤٤١ وعبد الرزاق (١٠٣٨٠)، وابن أبي شيبة ٤/ ١٢٦ والطبراني في «الكبير» ١/ ١٥٠ والبغوي ٥/ ٧٢.

(١) أخرجه البخاري ١/ ٨٣، و٢/ ١٤٩، ومسلم (الإيمان) ب ٣٤ رقم ٣٢ وأبو داود (٤٦٧٩)، وابن ماجه (٤٠٠٣)، وابن أبي عاصم ٢/ ٤٦٣ والترمذي (٢٦١٣) والبيهقي في «السنن» ١/ ١٤٨ و١٥١، و٤/ ٢٣٥، والآجري (١١٢) والهيثمي في «المجمع» ٣/ ١١٨.

(٢) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٠٣، وعزاه مخرج «الإحياء» ٢/ ٢٧ للبيهقي في «الدعوات» من حديث أم سلمة بإسناد فيه لين.

رأى أحدكم امرأة فأعجبته فليأت أهله فإن الذي معها مثل الذي معها»[1].

ولما كان الشهوة أغلب على مزاج العرب كان استكثار الصالحين منهم للنكاح أشد ولأجل فراغ القلب أبيح نكاح الأمة عند خوف العنت مع أن فيه إرقاق الولد وهو نوع إهلاك، ولكن إرقاق الولد أهون من إهلاك الدين..

الفائدة الثالثة:

ترويح النفس وإيناسها بالمجالسة والنظر والملاعبة إراحة للقلب وتقوية له على العبادة فإن النفس ملول وهي عن الحق نفور لأنه على خلاف طبعها، فلو كلفت المداومة بالإكراه على ما يخالفها جمحت وتابت، وإذا روّحت باللذات في بعض الأوقات قويت ونشطت، وفي الاستئناس بالنساء من الاستراحة ما يزيل الكرب ويروّح القلب، وينبغي أن يكون لنفوس المتقين استراحات بالمباحات، ولذلك قال الله تعالى: ﴿لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ [الأعراف: الآية ١٨٩] وقال علي: «روحوا القلوب ساعة فإنها إذا أكرهت عميت».

الفائدة الرابعة:

تفريغ القلب عن تدبير المنزل والتكفل بشغل المطبخ والكنس والفرش وتنظيف الأواني وتهيئة أسباب المعيشة، فإن الإنسان لو لم يكن له شهوة الوقاع لتعذر عليه العيش في منزله وحده، إذ لو تكفل بجميع أشغال المنزل لضاع أكثر أوقاته ولم يتفرغ للعلم والعمل، فالمرأة الصالحة المصلحة للمنزل عون على الدين بهذه الطريق، واختلال هذه الأسباب شواغل ومشوشات للقلب ومنغصات للعيش ولذلك قال أبو سليمان الداراني: الزوجة الصالحة ليست من الدنيا فإنها تفرغك للآخرة.. وإنما تفريغها بتدبير المنزل وبقضاء الشهوة جميعاً..

قال ﷺ: «ليتخذ أحدكم قلباً شاكراً ولساناً ذاكراً وزوجة مؤمنة صالحة تعينه على آخرته»[2].. فانظر كيف جمع بينها وبين الذكر والشكر!!

---

(١) أخرجه مسلم (النكاح) ٩، وأبو داود (النكاح) ب ٤٤، وأحمد ٣/ ٣٣٠ والبيهقي في «السنن» ٧/ ٩٠، وذكره الشيخ الألباني في «إرواء الغليل» ٦/ ٢٠٠ وفي «الصحيحة» (٢٣٥). انظر «إحياء علوم الدين» للغزالي ٢/ ٢٧.

(٢) أخرجه ابن ماجه (١٨٥٦)، وأحمد ٥/ ٢٨٢، وأبو نعيم في «الحلية» ١/ ١٨٣ وابن كثير ٤/ ٨١، والحافظ في «المطالب العالية» (٣١٠٢)، وقال محقق «الإحياء» ٢/ ٢٩ أخرجه الترمذي وحسنه.

الفائدة الخامسة:

مجاهدة النفس ورياضتها بالرعاية والولاية والقيام بحقوق الأهل والصبر على أخلاقهن واحتمال الأذى منهم والسعي في إصلاحهن وإرشادهن إلى طريق الدين والاجتهاد في كسب الحلال لأجلهن والقيام بتربيته لأولاده، فكل هذه أعمال عظيمة الفضل، فإنها رعاية وولاية، والأهل والولد رعية، وفضل الرعاية عظيم..

ففي الحديث: «من الذنوب ذنوب لا يكفرها إلَّا الهم بطلب المعيشة»[1] والله أعلم.

(١) قال محقق «الإحياء» ٢/ ٣٠ أخرجه الطبراني في «الأوسط» وأبو نعيم في «الحلية» والخطيب في «التلخيص المتشابه» من حديث أبي هريرة بإسناد ضعيف.

الخصال المطيبة للعيش

الخصال المطيبة للعيش التي لا بد من مراعاتها في المرأة ليدوم العقد وتتوفر مقاصده ثمانٍ: الدين والخلق والحسن، وخفة المهر والولادة والبكارة، والنسب، وأن لا تكون قرابة قريبة.

الأولى: أن تكون صالحة ذات دين فهذا هو الأصل وبه ينبغي أن يقع الاعتناء، فإنها إن كانت ضعيفة الدين في صيانة نفسها وفرجها أزرت بزوجها وسودت بين الناس وجهه وشوشت بالغيرة قلبه وتنغص بذلك عيشه، فإن سلك سبيل الحمية والغيرة لم يزل في بلاء ومحنة، وإن سلك سبيل التساهل كان متهاوناً بدينه وعرضه ومنسوباً إلى قلة الحمية والأنفة، وإذا كانت مع الفساد جميلة كان بلاؤها أشد إذ يشق على الزوج مفارقتها فلا يصبر عنها ولا يصبر عليها ويكون كالذي جاء إلى رسول الله ﷺ وقال: يا رسول الله إن لي امرأة لا ترد يد لامس. قال: «طلقها» فقال: إني أحبها. قال: «أمسكها»[1] وإنما أمره بإمساكها خوفاً عليه بإنه إذا طلقها أتبعها نفسه وفسد هو أيضاً معها، فرأى ما في دوام نكاحه من دفع الفساد عنه مع ضيق قلبه أولى، وإن كانت فاسدة الدين باستهلاك ماله أو بوجه آخر لم يزل العيش مشوشاً معه. فإن سكت ولم ينكره كان شريكاً في المعصية مخالفاً لقوله تعالى: ﴿قُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَأَهۡلِيكُمۡ نَارًا﴾ [التحريم: الآية ٦] ، وإن أنكر وخاصم تنغص العمر ولهذا بالغ رسول الله ﷺ في التحريض على ذات الدين فقال: «لا تنكح المرأة لمالها وجمالها وحبها ودينها فعليك بذات الدين تربت يداك»[2] وفي حديث آخر «من نكح المرأة

---

(١) قال محقق الإحياء ٢/ ٣٥ رواه أبو داود والنسائي من حديث ابن عباس قال النسائي: ليس بثابت وقال أحمد حديث منكر وذكره ابن الجوزي في الموضوعات.

(٢) أخرجه البخاري ٧/ ٩، ومسلم (الرضاع) ٥٣، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٧٩، وسعيد بن منصور (٥٠٦)، والبغوي ١/ ٢٢٠ وفي «شرح السنة» ٩/ ٨ والدارقطني ٣/ ٣٠٣، وأبو نعيم في «الحلية» ٨/ ٣٨٣.

وأخرجه بلفظ: «تنكح المرأة لأربع..» وذكر الحديث: البخاري (٥٠٩٠) ومسلم (١٤٦٦) وأبو داود (٢٠٣٢) وابن ماجه (١٨٥٨) والنسائي ٦/ ٦٨ وأحمد ٢/ ٤٢٨ و٣/ ٨٠ ـ ٨١ و٣٠٢ و٦/ ١٥٢ وابن حبان (١٢٣١) وأبو يعلى ١/ ٦٣ والبزار (١٤٠٣) والبغوي ١/ ٢٢٠ وفي «شرح السنة» ٩/ ٨ والقطاعي في «مسند الشهاب» (٧٥٧) والبيهقي في «السنن» ٧/ ٧٩ والدارمي ٢/ ١٣٤.

لمالها وجمالها حرم جمالها ومالها ومن نكحها لدينها رزقه الله مالها وجمالها»[1].

وقال ﷺ: «لا تنكح المرأة لجمالها فلعلَّ جمالها يرديها، ولا لمالها فلعلَّ مالها يطغيها وانكح المرأة لدينها»[2] وإنما بالغ في الحث على الدين لأن مثل هذه المرأة تكون عوناً على الدين. فأما إذا لم تكن متدينة فتكون شاغلة عن الدين ومشوشة له.

الثانية: حسن الخلق، وذلك أصل مهم في طلب الفراغة والاستعانة على الدين: فإنها إذا كانت سليطة بذيئة اللسان سيئة الخلق كافرة للنعم كان الضرر منها أكثر من النفع، والصبر على لسان النساء مما يمتحن به الأولياء.

قال بعض العرب: لا تنكحوا من النساء ستة: لا أنانة، ولا منانة ولا حنانة؛ ولا تنكحوا حداقة ولا براقة، ولا شداقة.

أما الأنانة: فهي التي تكثر الأنين والتشكي وتعصب رأسها كل ساعة، فنكاح الممراضة أو نكاح المتعارضة لا خير فيه.

والمنانة: التي تمن على زوجها فتقول: فعلت لأجلك كذا وكذا.

والحنانة: التي تحن إلى زوج آخر أو ولدها من زوج آخر وهذا أيضاً مما يجب اجتنابه.

والحداقة: التي ترمي إلى كل شيء بحدقتها فتشتهيه وتكلف الزوج شراءه.

والبراقة: تحتمل معنيين: أحدهما أن تكون طول النهار في تصقيل وجهها وتزيينه ليكون لوجهها بريق محصل بالصنع؛ والثاني أن تغضب على الطعام فلا تأكل إلا وحدها وتستقل نصيبها من كل شيء، وهذه لغة يمانية يقولون: برقت المرأة وبرق الصبي الطعام إذا غضب عنده.

والشداقة: المتشدقة الكثيرة الكلام ومن قوله عليه الصلاة والسلام: «إن الله تعالى يبغض الثرثارين المتشدقين»[3].

---

(١) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٤٠، والعراقي في «المغني عن حمل الأسفار» ٢/ ٣٩ وذكره من رواية الطبراني في «الأوسط» من حديث أنس بلفظ: «من تزوج امرأة لعزها.. الحديث قال: ورواه ابن حبان في «الضعفاء».

(٢) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٢٠، وقال في تحقيق «الإحياء»: أخرجه ابن ماجه من حديث عبد الله بن عمرو بسند ضعيف ٢/ ٣٦.
وأخرجه بلفظ «لا تنكحوا النساء لحسنهن..» وذكر الحديث: البيهقي في «السنن» ٧/ ٨٠ وعبد بن حميد في «المنتخب» (٣٢٨).

(٣) أخرجه الترمذي (٢٠١٨)، والبيهقي في «السنن» ١٠/ ١٩٤، وذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٤١ و٨/ ٣٤٣ واللفظ للترمذي وفيه: «وإن أبغضكم إليّ وأبعدكم مني يوم القيامة الثرثارون والمتفيهقون».

وحكي أن السائح الأزدي لقي إلياس في سياحته فأمره بالتزويج ونهاه عن التبتُّل، ثم قال: لا تنكح أربعاً: المختلعة والمبارية والعاهرة، والناشز،

فأما المختلعة: فهي التي تطلب الخلع كل ساعة من غير سبب.

والمبارية: المباهية بغيرها المفاخرة بأسباب الدنيا.

والعاهرة: الفاسقة التي تعرف بخليل وخَدن وهي التي قال الله تعالى: ﴿وَلَا مُتَّخِذَاتِ أَخْدَانٍۚ﴾ [النساء: الآية ٢٥] .

والناشز: التي تعلو على زوجها بالفعال والمقال، والنشز: العالي من الأرض. وكان علي يقول: شر خصال الرجال خير خصال النساء، البخل والزهو والجبن، فإنّ المرأة إذا كانت بخيلة حفظت مالها ومال زوجها، وإذا كانت مزهرة استنكفت أن تكلم كل أحد بكلام لين مريب، وإذا كانت جبانة فرقت من كل شيء فلم تخرج من بيتها واتقت مواضع التهمة خيفة من زوجها، فهذه الحكايات ترشد إلى مجامع الأخلاق المطلوبة في النكاح.

الثالثة: حسن الوجه، فذلك أيضاً مطلوب إذ به يحصل التحصن. والطبع لا يكتفي بالدميمة غالباً، كيف والغالب أن حسن الخَلق والخُلق لا يفترقان.

وما نقلناه من الحث على الدين وأن المرأة لا تنكح لجمالها ليس زجراً عن النكاح لأجل الجمال المحض مع الفساد في الدين فإن الجمال وحده في غالب الأمر يرغب في النكاح ويهون أمر الدين ويدل على الالتفات إلى معنى الجمال أن الإلفة والمودة تحصل به غالباً. وقد ندب الشرع إلى مراعاة أسباب الإلفة، ولذلك استحب النظر فقال: «إذا أوقع الله في نفس أحدكم من امرأة فلينظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينهما»[(١)] أي يؤلف بينهما، من وقوع الأدمة على الأدمة: وهي الجلدة الباطنة، والبشرة الجلدة الظاهرة، وإنما ذكر ذلك للمبالغة في الائتلاف.

وقال عليه الصلاة والسلام: «إن في أعين الأنصار شيئاً فإذا أراد أحدكم أن يتزوج منهم فلينظر إليهن»[(٢)].

قيل كان في أعينهن عمش وقيل: صغر.

وكان بعض الورعين لا ينكحون كرائمهم إلا بعد النظر احترازاً من الغرور. وقال

---

(١) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٤٢ و٣٤٣، والعراقي في «المغني عن حمل الأسفار» ٢/٣٦ وقال: أخرجه ابن ماجه بسند ضعيف.

(٢) أخرجه الحميدي (١١٧٢)، وسعيد بن منصور (٥٢٣)، والهيثمي في «موارد الظمآن» (١٢٣٧).

الأعمش: كل تزويج يقع على غير نظر فآخره هم وغم، ومعلوم أن النظر لا يعرف الخلق والدين والمال، وإنما يعرف الجمال من القبح.

وروي أن رجلاً تزوج على عهد عمر وكان قد خضب فنصل خضابه، فاستعدى عليه أهل المرأة إلى عمر وقالوا: حسبناه شاباً. فأوجعه عمر ضرباً وقال: غررت القوم.

وروي أن بلالاً وصهيباً أتيا أهل بيت من العرب فخطبا إليهم فقيل لهما: من أنتما؟ فقال بلال: أنا بلال وهذا أخي صهيب، كنا ضالين فهدانا الله وكنا مملوكين فأعتقنا الله وكنا عائلين فأغنانا الله. فإن تزوّجونا فالحمد لله، وإن تردونا فسبحان الله، فقالوا: بل تزوجان والحمد لله. فقال صهيب: لو ذكرت مشاهدنا وسوابقنا مع رسول الله ﷺ فقال: أسكت فقد صدقت فأنكحك الصدق.

والغرور يقع في الجمال والخلق جميعاً فيستحب إزالة الغرور في الجمال بالنظر، وفي الخلق بالوصف والاستيصاف فينبغي أن يقدم ذلك على النكاح، ولا يستوصف في أخلاقها وجمالها إلا من هو بصير صادق خبير بالظاهر والباطن ولا يميل إليها فيفرط في الثناء، ولا يحسدها فيقصر، فالطباع مائلة في مبادئ النكاح ووصف المنكوحات إلى الإفراط والتفريط، وقل من يصدق فيه ويقتصد، بل الخداع والإغراء أغلب والاحتياط فيه مهم لمن يخشى على نفسه التشوف إلى غير زوجته.

فأما من أراد من الزوجة مجرد السنّة أو الولد أو تدبير المنزل فلو رغب عن الجمال فهو إلى الزهد أقرب لأنه على الجملة باب من الدنيا وإن كان قد يعين على الدين في حق بعض الأشخاص.

قال أبو سليمان الداراني: الزهد في كل شيء حتى في المرأة يتزوج الرجل العجوز إيثاراً للزهد في الدنيا. وقد كان مالك بن دينار يقول: يترك أحدكم أن يتزوج يتيمة فيؤجر فيها إن أطعمها وكساها تكون خفيفة المؤنة ترضى باليسير، ويتزوج بنت فلان، يعني أبناء الدنيا، فتشتهي عليه الشهوات وتقول إكسني كذا وكذا!

واختار أحمد بن حنبل عوراء على أختها وكانت أختها جميلة، فسأل: من أعقلهما؟ فقيل: العوراء فقال: زوجوني إياها، فهذا دأب من لم يقصد التمتع.

فأما من لا يأمن على دينه ما لم يكن له مستمتع فليطلب الجمال فالتلذذ بالمباح حصن للدين.

وقد قيل: إذا كانت المرأة حسناء خيرة الأخلاق سوداء الحدقة والشعر كبيرة العين بيضاء اللون محبة لزوجها قاصرة الطرف عليه فهي على صورة الحور العين فإن الله تعالى وصف نساء أهل الجنة بهذه الصفة في قوله: ﴿خَيْرَٰتٌ حِسَانٌ﴾ [الرحمٰن: الآية ٧٠] أراد بالخيرات حسنات الأخلاق، وفي قوله: ﴿قَٰصِرَٰتُ ٱلطَّرْفِ﴾ [الصافات: الآية ٤٨] وفي قوله:

﴿عُرُبًا أَتْرَابًا ﴿٣٧﴾﴾ [الواقعة: الآية ٣٧] العروب: هي العاشقة لزوجها المشتهية للوقاع وبه تتم اللذة، والحور: البياض والحوراء: شديدة بياض العين شديدة سوادها في سواد الشعر، والعيناء الواسعة العين.

وقال عليه الصلاة والسلام: «خير نسائكم من إذا نظر إليها زوجها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته في نفسها وماله»[(١)] وإنما يسر بالنظر إليها إذا كانت محبة للزوج.

الرابعة: أن تكون خفيفة المهر. قال رسول الله ﷺ «خير النساء أحسنهن وجوهاً وأرخصهن مهوراً»[(٢)] وقد نهى عن المغالاة في المهر. تزوج رسول الله ﷺ بعض نسائه على عشرة دراهم وأثاث بيت وكان رحى وجرّة ووسادة من أدم حشوها ليف، وأولم على بعض نسائه بمدّين من شعير، وعلى أخرى بمدّين من تمر ومدّين من سويق.

وكان عمر ينهى عن المغالاة في الصداق ويقول: ما تزوج رسول الله ﷺ ولا زوّج بناته بأكثر من أربعمائة درهم[(٣)]. ولو كانت المغالاة بمهور النساء مكرمة لسبق إليها رسول الله ﷺ «وقد تزوج بعض أصحاب رسول الله ﷺ على نواة من ذهب قيمتها خمس دراهم»[(٤)] وزوج سعيد بن المسيب ابنته من أبي هريرة على درهمين ثم حملها هو إليه ليلاً فأدخلها هو من الباب ثم انصرف، ثم جاءها بعد سبعة أيام فسلم عليها ولو تزوج على عشرة دراهم للخروج من خلاف العلماء فلا بأس به.

وفي الخبر: «من بركة المرأة سرعة تزويجها وسرعة رحمها» ـ أي الولادة ـ ويسر مهرها»[(٥)] وقال أيضاً: «أبركهن أقلهن مهراً»[(٦)]. وكما تكره المغالاة في المهر من جهة المرأة فيكره السؤال عن مالها من جهة الرجل.

---

(١) أخرجه الحاكم ٢/١٦١، والبغوي ١/٥١٩، والطبري ٥/٣٩ وذكره ابن كثير ٢/٢٥٧، والشيخ الألباني في «الصحيحة» (١٨٣٨).

(٢) قال محقق «الإحياء» أخرجه ابن حبان من حديث ابن عباس ٢/٣٧. وقد أخرجه بلفظ: «خير النكاح أيسره..» أبو داود (النكاح) ب ٣٢ وابن حبان «موارد ـ ١٢٥٧ و١٢٦٢» وعبد الرزاق (١٠٤١٢) وذكره الألباني في «الصحيحة» (١٨٤٢).

(٣) قال محقق «الإحياء» ٢/٣٨ رواه الأربعة من حديث عمر وقال الترمذي: حسن صحيح.

(٤) قال محقق «الإحياء» ٢/٣٨ متفق عليه من حديث أنس..

(٥) قال محقق «الإحياء» ٢/٣٨ أخرجه أحمد والبيهقي من حديث عائشة «من يمن المرأة..» وإسناده جيد.

(٦) قال محقق «الإحياء» ٢/٣٨ أخرجه أبو عمر التوقاني في «معاشرة الأهلين» من حديث عائشة، ولأحمد والبيهقي «إن أعظم النساء بركة إيسرهن صداقاً» وإسناده جيد.

ولا ينبغي أن ينكح طمعاً في المال.

قال الثوري: إذا تزوج وقال: أي شيء للمرأة فاعلم أنه لص.

وإذا أهدى إليهم فلا ينبغي أن يهدي ليضطرهم إلى المقابلة بأكثر منه، وكذلك إذا أهدوا إليه فنية طلب الزيادة نية فاسدة. فأما التهادي فمستحب وهو سبب المودة. قال ﷺ «تهادوا تحابوا»[1].

وأما طلب الزيادة فداخل في قوله تعالى: ﴿وَلَا تَمْنُن تَسْتَكْثِرُ ۝﴾ [المدثر: الآية ٦] أي تعطي لتطلب أكثر وتحت قوله تعالى: ﴿وَمَآ ءَاتَيْتُم مِّن رِّبًا لِّيَرْبُوَاْ فِىٓ أَمْوَٰلِ ٱلنَّاسِ﴾ [الروم: الآية ٣٩] فإن الربا هو الزيادة وهذا طلب زيادة على الجملة، وإن لم يكن في الأموال الربوية فكل ذلك مكروه وبدعة في النكاح يشبه التجارة والقمار ويفسد مقاصد النكاح.

الخامسة: أن تكون المرأة ولوداً فإن عرفت بالعقر فليمتنع عن تزويجها. قال ﷺ: «عليكم بالولود»[2] فإن لم يكن لها زوج ولم يعرف مالها فيراعى صحتها وشبابها، فإنها تكون ولوداً في الغالب مع هذين الوصفين.

السادسة: أن تكون بكراً. قال عليه الصلاة والسلام لجابر وقد نكح ثيباً: «هلا بكراً تلاعبها وتلاعبك»[3]. في البكارة ثلاث فوائد:

أ ـ أن تحب الزوج وتألفه فيؤثر في معنى الود وقد قال ﷺ: «عليكم بالودود» والطباع مجبولة على الأنس بأول مألوف.

وأما التي اختبرت الرجال ومارست الأموال فربما لا ترضى بعض الأوصاف التي تخالف ما ألفته فتقلى الزوج.

ب ـ أن ذلك أكمل في مودته لها فإن الطبع ينفر من التي مسها غير الزوج نفرة ما، وذلك يثقل على الطبع مهما يذكر وبعض الطباع في هذا أشد نفوراً.

ج ـ أنها لا تحن إلى الزوج الأول وآكد الحب ما يقع مع الحبيب الأول غالباً.

السابعة: أن تكون نسيبة أعني أن تكون من أهل بيت الدين والصلاح فإنها ستربي

---

(١) أخرجه البيهقي في «السنن» ٦/١٦٩، ومالك في «الموطأ» ٢/٩٠٨ وذكره الهيثمي في «المجمع» ٤/ ١٤٦ وابن عدي ٤/١٤٢٤، وذكره المنذري في «الترغيب» ٣/٤٣٤، والشيخ في «إرواء الغليل» ٦/ ٤٤ وغيرهم.

(٢) أخرجه أبو داود (٢٠٥٠)، والنسائي (النكاح) ب ١١، وابن ماجه (١٨٤٦)، والحاكم ٢/١٦٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٥٢، وفي «موارد الظمآن» (١٢٢٨) و(١٢٢٩) والخطيب ١٢/٣٧٧ والبغوي في «شرح السنة» ٩/١٦.

(٣) أخرجه البخاري (٤٤٣).

بناتها وبنيها فإذا لم تكن مؤدبة لم تحسن التأديب والتربية، ولذلك قال ﷺ: «إياكم وخضراء الدمن» فقيل: ما خضراء الدمن؟ قال: «المرأة الحسناء في المنبت السوء»(١) وقال ﷺ: «تخيروا لنطفكم فإن العرق نزاع»(٢).

الثامنة: أن تكون من القرابة القريبة فإن ذلك يقلل الشهوة. قال ﷺ: «لا تنكحوا القرابة القريبة فإن الولد يخلق ضاوياً»(٣) أي نحيفاً وذلك لتأثيره في تضعيف الشهوة، فإن الشهوة إنما تنبعث بقوة الإحساس بالنظر واللمس، وإنما يقوى الإحساس بالأمر الغريب الجديد. فأما المعهود الذي دام النظر إليه مدة فإنه يضعف الحسّ عن تمام إدراكه والتأثر به ولا تنبعث به الشهوة.

فهذه هي الخصال المرغبة في النساء ويجب على الولي أيضاً أن يراعي خصال الزوج ولينظر لكريمته فلا يزوجها ممن ساء خَلقه أو خُلقه أو ضعف دينه أو قصر عن القيام بحقها أو كان لا يكافئها في نسبها قال ﷺ: «النكاح رق فلينظر أحدكم أين يضع كريمته»(٤) والاحتياط في حقها أهم لأنها رقيقة بالنكاح لا مخلص لها.

والزوج قادر على الطلاق بكل حال وإن زوج ابنته ظالماً أو فاسقاً أو مبتدعاً أو شارب خمر فقد جنى على دينه وتعرض لسخط الله لما قطع من حق الرحم وسوء الاختيار.

وقال رجل للحسن: قد خطب ابنتي جماعة فممن أزوجها؟ قال: ممن يتقي الله، فإن أحبها أكرمها. وإن أبغضها لم يظلمها.

وقال ﷺ: «من زوج كريمته من فاسق فقد قطع رحمها»(٥).

---

(١) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٤٨ و٩/٨٩، والحافظ في «تلخيص الحبير» ٣/١٤٥، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/٢٢، قال محقق «الإحياء» ٢/٣٨ رواه الدارقطني: تفرد به الواقدي وهو ضعيف.

(٢) أخرجه ابن ماجه (١٩٦٨) والبيهقي في «السنن» ٧/١٣٣، والحاكم ٢/١٦٣ والشيخ في «الصحيحة» (١٠٦٧).

(٣) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٤٩، وقال محقق «الإحياء» ٢/٣٩ إنما يعرف من قول عمر..

(٤) قال محقق «الإحياء»٢/٣٩ رواه أبو عمر التوقاني في «معاشرة الأهلين» موقوفاً على عائشة وأسماء ابنتي أبي بكر، قال البيهقي: وروي ذلك مرفوعاً والموقوف أصح.

(٥) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٤٩، ورواه ابن حبان في «الضعفاء» من حديث أنس، ورواه في «الثقات» من قول الشعبي بإسناد صحيح، انظر «تخريج الإحياء» ٢/٣٩.

الحقوق المشتركة بين الزوجين

قال تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِٱلْمَعْرُوفِۚ﴾ [النساء: الآية ١٩].

وقال تعالى: ﴿وَٱلصَّاحِبِ بِٱلْجَنۢبِ﴾ [النساء: الآية ٣٦].

وقال في تعظيم حقهن: ﴿وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَٰقًا غَلِيظًا﴾ [النساء: الآية ٢١].

وآخر ما وصى به رسول الله ﷺ ثلاث كان يتكلم بهنّ حتى تلجلج لسانه وخفي كلامه. جعل يقول:

«الصلاة الصلاة، وما ملكت أيمانكم لا تكلفوهم ما لا يطيقون، الله الله في النساء فإنهن عوان في أيديكم، أخذتموهن بأمانة الله واستحللتم فروجهن بكلمة الله»[(١)].

وروي: من صبر على سوء خلق امرأته أعطاه الله من الأجر مثل ما أعطى أيوب على بلائه، ومن صبرت على سوء خلق زوجها أعطاها الله مثل ثواب آسية امرأة فرعون..

واعلم أنه ليس حسن الخلق معها كف الأذى عنها بل احتمال الأذى منها والحلم عند طيشها وغضبها، اقتداء برسول الله ﷺ فقد كانت أزواجه يراجعنه الكلام، وتهجره الواحدة منهن يوماً إلى الليل.

وقد ورد في تعظيم حق الزوج عليها أخبار كثيرة منها قوله ﷺ: «أيما امرأة ماتت وزوجها عنها راض دخلت الجنة»[(٢)].

وقوله ﷺ: «إذا صلت المرأة خمسها وصامت شهرها وحفظت فرجها وأطاعت زوجها دخلت جنة ربها»[(٣)].

---

(١) أخرجه أبو داود (الأدب) ب ١٣٤، وأحمد ٦/ ٢٩٠ و٣١١ و٣١٥ و٣٢١ والحاكم ٣/ ٥٧، والبغوي ١/ ٥٢٤، والبيهقي في «دلائل النبوة» ٧/ ٢٠٥، والطبري ٢٢/ ٦، وابن سعد ٢/ ٤٤، والشيخ الألباني في «الصحيحة» (٨٦٨).

(٢) أخرجه ابن ماجه (١٨٥٤)، وابن أبي شيبة ٤/ ٣٠٣، والحاكم ٤/ ١٧٤.

(٣) أخرجه الهيثمي في «موارد الظمآن» (١٢٩٦)، وذكره ابن كثير ٢/ ٢٥٧ وابن عدي ٣/ ٩٩٣، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٣٠٥، وذكره المنذري في «الترغيب» ٣/ ٥٢ و٢٨٢ والزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٤٠١.

وقوله ﷺ: «أطلعت في النار فإذا أكثر أهلها النساء فقلن: لِمَ يا رسول الله؟ قال يكثرن اللعن ويكفرن العشير»[1] كان يعني الزوج المعاشر.

وفي خبر آخر: «أطلعت في الجنة فإذا أقل أهلها النساء، فقلت: أين النساء؟ قال: شغلهن الأحمران الذهب والزعفران»[2] يعني الحلي ومصبغات الثياب.

وقالت عائشة: أتت فتاة إلى النبي ﷺ فقالت: يا رسول الله إني فتاة أخطب فأكره التزويج، فما حق الزوج على المرأة؟ قال: «لو كان من فرقه إلى قدمه صديد فلحسته ما أدت شكره»، قالت: أفلا أتزوج؟ قال: «بلى، تزوجي فإنه خير»[3].

قال ابن عباس: «أتت امرأة من خثعم إلى رسول الله ﷺ فقالت: إني امرأة أيم وأريد أن أتزوج، فما حق الزوج؟ قال: إن من حق الزوج على الزوجة إذا أرادها فراودها عن نفسها وهي على ظهر بعير لا تمنعه، ومن حقه أن لا تعطي شيئاً من بيته إلا بإذنه، فإذا فعلت ذلك كان الوزر عليها والأجر له، ومن حقه أن لا تصوم تطوعاً إلا بإذنه، فإن فعلت جاعت وعطشت ولم يتقبل منها، وإن خرجت من بيته بغير إذنه لعنتها الملائكة حتى ترجع إلى بيته أو تتوب»[4].

وقال ﷺ: «لو أمرت أحداً أن يسجد لأحد لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها من عظم حقه عليها»[5].

وقال ﷺ: «أقرب ما تكون المرأة من وجه ربها إذا كانت في قعر بيتها، وإن صلاتها في صحن دارها، أفضل من صلاتها في المسجد، وصلاتها في بيتها أفضل من صلاتها في صحن دارها، وصلاتها في مخدعها أفضل من صلاتها في بيتها»[6] والمخدع: بيت في بيت، وذلك للستر، ولذلك قال: «المرأة عورة فإذا خرجت استشرفها الشيطان»[7].

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ١/٢٣٤ و٣٥٩ و٤/٤٢٩، والهيثمي في «موارد الظمآن» (٢٥٦٨).

(٢) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٤٠١، قال محقق «الإحياء» ٢/٥٣: أخرجه أحمد من حديث أبي أمامة بسند ضعيف.

(٣) أخرجه الإمام أحمد ٣/١٥٩، قال محقق «الإحياء» ٢/٥٣: أخرجه الحاكم وصحح إسناده من حديث أبي هريرة.. دون قوله: «بلى تزوجي فإنه خير»..

(٤) قال محقق «الإحياء» ٢/٥٣: أخرجه البيهقي مقتصراً على شطر الحديث، ورواه بتمامه من حديث ابن عمر وفيه ضعف.

(٥) أخرجه أبو داود (النكاح) ب ٤١، والترمذي (١١٥٩) وأحمد ٤/٣٨١ و٦/٧٦ والحاكم ٢/١٨٧.

(٦) ذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٠٤، وقال محقق «الإحياء» ٢/٥٣، أخرجه ابن حبان ورواه البيهقي بلفظ قريب بإسناد حسن.

(٧) أخرجه الترمذي (١١٧٣)، وابن خزيمة (١٦٨٦)، والهيثمي في «موارد الظمآن» (٣٢٩)، وذكره الحافظ في «نصب الراية» ١/٢٩٨، وأخرجه الطبراني في «الكبير» ١٠/١٣٢.

وقال أيضاً: «للمرأة عشر عورات، فإذا تزوجت ستر الزوج عورة واحدة، فإذا ماتت ستر القبر العشر عورات»[1]. فحقوق الزوج على الزوجة كثيرة، وأهمها أمران: أحدهما: الصيانة والستر. والآخر: ترك المطالبة مما وراء الحاجة، والتعفف عن كسبه إذا كان حراماً. وهكذا كانت عادة النساء في السلف: كان الرجل إذا خرج من منزله تقول له امرأته أو ابنته: إياك وكسب الحرام فإنا نصبر على الجوع والضر ولا نصبر على النار.

وهَمَّ رجل من السلف بالسفر فكره جيرانه سفره، فقالوا لزوجته: لِمَ ترضين بسفره ولم يدع لك نفقة؟ فقالت: زوجي منذ عرفته عرفته أكالاً وما عرفته رزاقاً ولي رب رزاق. يذهب الأكال ويبقى الرزاق. وخطبت رابعة بنت إسماعيل أحمد بن أبي الحواري، فكره ذلك لما كان فيه من العبادة وقال لها: والله ما لي همة في النساء لشغلي بحالي، فقالت: إني لأشغل بحالي منك وما لي شهوة، ولكن ورثت مالاً جزيلاً من زوجي فأردت أن تنفقه على إخوانك، وأعرف بك الصالحين فيكون لي طريقاً إلى الله . فقال: حتى أستأذن أستاذي. فرجع إلى أبي سليمان الداراني، قال: وكان ينهاني عن التزويج ويقول: ما تزوج أحد من أصحابنا إلا تغير، فلما سمع كلامها قال: تزوج بها فإنها ولية الله هذا كلام الصدّيقين، قال: فتزوجتُها فكان في منزلنا كن من جص ففنى من غسل أيدي المستعجلين للخروج بعد الأكل فضلاً عمن غسل بالأشنان. قال: وتزوجت عليها ثلاث نسوة فكانت تطعمني الطيبات وتطيبني وتقول: إذهب بنشاطك وقوتك إلى أزواجك، وكانت رابعة هذه تشبه في أهل الشام برابعة العدوية بالبصرة.

ومن الواجبات عليها: أن لا تفرط في ماله بل تحفظه عليه. قال رسول الله ﷺ: «لا يحل لها أن تطعم من بيته إلا بإذنه إلا الرطب من الطعام الذي يخاف فساده، فإذا أطعمت عن رضاه كان لها مثل أجره، وإن أطعمت بغير إذنه كان له الأجر وعليها الوزر»[2].

ومن حقها على الوالدين تعليمها حسن المعاشرة، وآداب العشرة مع الزوج.

فالقول الجامع في آداب المرأة من غير تطويل: أن تكون قاعدة في قعر بيتها لازمة لمغزلها، لا يكثر صعودها وإطلاعها، قليلة الكلام لجيرانها، لا تدخل عليهم إلا في حال يوجب الدخول، تحفظ بعلها في غيبته، وتطلب مسرته في جميع أمورها ولا تخونه في نفسها وماله، ولا تخرج من بيتها إلا بإذنه، فإن خرجت بإذنه فمختفية في هيئة رثة، تطلب المواضع الخالية دون الشوارع والأسواق، محترزة من أن يسمع غريب صوتها أو يعرفها

---

(١) قال محقق «الإحياء» ٢/ ٥٣ أخرجه الحافظ أبو بكر محمد بن عمر الجعابي في «تاريخ الطالبين» من حديث علي بسند ضعيف.

(٢) أخرجه البيهقي في «السنن» ٤/ ١٩٣ وذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٤٠٥.

بشخصها، لا تتعرف إلى صديق بعلها في حاجاتها بل تتنكر على من تظن أنه يعرفها أو تعرفه، همها صلاح شأنها وتدبير بيتها مقبلة على صلاتها وصيامها، وإذا استأذن صديق لبعلها على الباب وليس البعل حاضراً لم تستفهم ولم تعاوده في الكلام غيرة على نفسها وبعلها، وتكون قانعة من زوجها بما رزق الله، وتقدم حقه على حق نفسها وحق سائر أقاربها متنظفة في نفسها، مستعدة في الأحوال كلها للتمتع بها إن شاء، مشفقة على أولادها، حافظة للستر عليهم، قصيرة اللسان عن سب الأولاد ومراجعة الزوج. وقد قال ﷺ: «أنا وامرأة سفعاء الخدين كهاتين في الجنة: امرأة آمت من زوجها وحبست نفسها على بناتها حتى تابوا أو ماتوا»[1].

وقال ﷺ: «حرَّم الله على كل آدمي الجنة يدخلها قبلي، غير أني أنظر عن يميني فإذا امرأة تبادرني إلى باب الجنة فأقول: ما لهذه تبادرني؟ فيقال لي: يا محمد هذه امرأة كانت حسناء جميلة وكان عندها يتامى لها، فصبرت عليهن حتى بلغ أمرهن الذي بلغ فشكر الله لها ذلك»[2].

ومن آدابها: أن لا تتفاخر على الزوج بجمالها ولا تزدري زوجها لقبحه، فقد روي أن الأصمعي قال: دخلت البادية فإذا أنا بامرأة من أحسن الناس وجهاً تحت رجل من أقبح الناس وجهاً، فقلت لها: يا هذه أترضين لنفسك أن تكوني تحت مثله؟ فقالت: يا هذا اسكت فقد أسأت في قولك، لعله أحسن فيما بينه وبين خالقه فجعلني ثوابه، أو لعلي أسأت فيما بيني وبين خالقي فجعله عقوبتي، أفلا أرضى بما رضي الله لي؟ فأسكتتني.

وقال الأصمعي: رأيت في البادية امرأة عليها قميص أحمر وهي مختضبة وبيدها سبحة، فقلت: ما أبعد هذا من هذا! فقالت:

ولله مني جانب لا أضيِّعه	وللهو مني والبطالة جانب

فعلمت أنها امرأة صالحة لها زوج تتزين له.

ومن آداب المرأة ملازمة الصلاح والانقباض في غيبة زوجها والرجوع إلى اللعب والانبساط وأسباب اللذة في حضور زوجها، ولا ينبغي أن تؤذي زوجها بحال.

روي عن معاذ بن جبل قال: قال رسول الله ﷺ «لا تؤذي امرأة زوجها في الدنيا إلا

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ٦/٢٦، وعبد الرزاق (٢٠٥٩١)، والبخاري في «الأدب المفرد» (١٤١)، والطبراني في «الكبير» ١٨/٥٧، وذكره المنذري في «الترغيب» ٣/٣٤٨، والتبريزي في «المشكاة» (٤٩٧٨)، والزبيدي في «الاتحاف» ٥/٤٠٧. انظر «الإحياء» ٢/٥٤ طبعة دار البيان العربي.

(٢) قال محقق «الإحياء» ٢/٥٤: رواه الخرائطي في «مكارم الأخلاق» من حديث أبي هريرة بسند ضعيف.

قالت زوجته من الحور العين لا تؤذيه قاتلك الله، فإنما هو عندك دخيل يوشك أن يفارقك إلينا»[١].

ومما يجب عليها من حقوق النكاح إذا مات عنها زوجها أن لا تحد عليه أكثر من أربعة أشهر وعشرة وتتجنب الطيب والزينة في هذه المدة. قالت زينب بنت أبي سلمة: دخلت على أم حبيبة زوج النبي ﷺ حين توفي أبوها أبو سفيان بن حرب، فدعت بطيب فيه صفرة خلوق أو غيره، فدهنت به جارية، ثم مست بعارضيها، ثم قالت: والله ما لي بالطيب من حاجة غير أني سمعت رسول الله ﷺ يقول: «لا يحل لامرأة تؤمن بالله واليوم الآخر، أن تحد على ميت أكثر من ثلاثة أيام إلا على زوج أربعة أشهر وعشراً»[٢]. ويلزمها لزوم مسكن النكاح إلى آخر العدة وليس لها الانتقال إلى أهلها ولا الخروج إلا لضرورة.

ومن آدابها: أن تقوم بكل خدمة بالدار تقدر عليها. فقد روي عن أسماء بنت أبي بكر الصديق رضي الله عنهما أنها قالت: «تزوجني الزبير وما له في الأرض من مال ولا مملوك ولا شيء غير فرسه وناضحه، فكنت أعلف فرسه وأكفيه مؤنته وأسوسه وأدق النوى لناضحه وأعلفه وأستقي الماء وأخرز غربه وأعجن، وكنت أنقل النوى على رأسي من ثلثي فرسخ حتى أرسل إلي أبو بكر بجارية فكفتني سياسة الفرس فكأنما أعتقني.

ولقيني رسول الله ﷺ يوماً ومعه أصحابه والنوى على رأسي فقال رسول الله ﷺ: «أخ أخ» لينيخ ناقته ويحملني خلفه فاستحييت أن أسير مع الرجال، وذكرت الزبير وغيرته وكان أغير الناس، فعرف رسول الله ﷺ أني قد استحييت، فجئت الزبير فحكيت له ما جرى، فقال: والله لحملك النوى على رأسك أشد علي من ركوبك معه»[٣].

قول معاذ بن جبل في حقوق الزوج والزوجة:

حق الزوج على زوجته تسعة أشياء: ألا تخرج من بيته إلّا بإذنه، وألا تمنع نفسها منه إذا كانت ظاهرة، وألا تخونه في ماله، وأن تشاركه في الدعاء، وأن تكرم أقرباءه، وألا تؤذيه بلسانها، وأن تعينه فيما أمكن، وأن لا تمن عليه بمالها، وأن لا تمنع مالها منه.

---

(١) أخرجه الترمذي (١١٧٤)، وابن ماجه (٢٠١٤)، وأحمد ٥/٢٤٢ وأبو نعيم في «الحلية» ٥/٢٢٠، وذكره الشيخ في «الصحيحة» (١٧٣).

(٢) أخرجه البخاري ٢/٩٩ و٧/٧٦ و٧٩، وأبو داود (٢٢٩٩) والترمذي (١١٩٥) و(١١٩٦)، والنسائي ٦/١٩٨ و٢٠٤، وابن ماجه (٢٠٨٥) و(٢٠٨٦) وأحمد ٦/٣٧ و٣٢٥ و٤٢٦ والبيهقي في «السنن» ٧/٤٣٧ و٤٣٨.

(٣) انظر: «إحياء علوم الدين» للإمام الغزالي: ٢/٥٢ ـ ٥٥ طبعة دار البيان العربي.

وحق المرأة على الرجل ثمانية أشياء: أن ينفق عليها، ولا يغيب عنها أكثر من أربعة أشهر، ولا يضربها إلّا في شأن المضاجع، ولا يجامعها في دبرها.. ولا يظلمها في صداقها، ولا يمنعها من زيارة أبويها، وأن يوضع عليها في النفقة، وأن يعلمها أمر دينها من الصلاة والصيام وأحكام الحيض[1].

---

(١) انظر: «غرائب وعجائب النساء» عكاشة عبد المنان الطيبي.

قوامة الرجال على النساء

قال تعالى: ﴿ٱلرِّجَالُ قَوَّٰمُونَ عَلَى ٱلنِّسَآءِ بِمَا فَضَّلَ ٱللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ وَبِمَآ أَنفَقُواْ مِنْ أَمْوَٰلِهِمْۚ فَٱلصَّٰلِحَٰتُ قَٰنِتَٰتٌ حَٰفِظَٰتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ ٱللَّهُۚ وَٱلَّٰتِى تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَٱهْجُرُوهُنَّ فِى ٱلْمَضَاجِعِ وَٱضْرِبُوهُنَّۖ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُواْ عَلَيْهِنَّ سَبِيلًاۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا ﴿٣٤﴾ وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَٱبْعَثُواْ حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِۦ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَآ إِن يُرِيدَآ إِصْلَٰحًا يُوَفِّقِ ٱللَّهُ بَيْنَهُمَآۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا ﴿٣٥﴾﴾ [النساء: الآيتان ٣٤، ٣٥].

إنّ الذي خلق هذا الإنسان جعل من فطرته الزوجية شأنه شأن كل شيء خلقه في هذا الوجود: ﴿وَمِن كُلِّ شَىْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿٤٩﴾﴾ [الذاريات: الآية ٤٩].

ثم شاء أن يجعل الزوجين في الإنسان شطرين للنفس الواحدة: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُواْ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا﴾ [النساء: الآية ١].

وأراد بالتقاء شطري النفس الواحدة بعد ذلك فيما أراد، أن يكون هذا اللقاء سكناً للنفس، وهدوءاً للعصب، وطمأنينة للروح وراحة للجسد.. ثم ستراً وإحصاناً وصيانة.. ثم مزرعة للنسل وامتداد الحياة، مع ترقيها المستمر، في رعاية المحضن الساكن الهادئ المطمئن المستور المصون.

﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةًۚ﴾ [الروم: الآية ٢١].

﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّۗ﴾ [البقرة: الآية ١٨٧].

﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْۖ وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ﴾ [البقرة: الآية ٢٢٣].

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ قُوٓاْ أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلْحِجَارَةُ﴾ [التحريم: الآية ٦].

﴿وَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مَعَهُۥۖ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَٰنِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَآ أَتْمِمْ لَنَا نُورَنَا وَٱغْفِرْ لَنَآۖ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ﴾ [التحريم: الآية ٨].

ومن تساوي شطري النفس الواحدة في موقفها من الله ومن تكريمه للإنسان، كان ذلك التكريم للمرأة، وتلك المساواة في حقوق الأجر والثواب عند الله، وفي حقوق التملك والإرث، وفي استقلال الشخصية المدنية.. لقد خلق الله الناس ذكراً وأنثى..

زوجين على أساس القاعدة الكلية في بناء هذا الكون، وجعل من وظائف المرأة أن تحمل وتضع وترضع وتكفل ثمرة الاتصال بينها وبين الرجل.. وهي وظائف ضخمة أولاً وخطيرة ثانياً وليست هينةً ولا يسيرة، بحيث تؤدي بدون إعداد عضوي ونفسي وعقلي عميق غائر في كيان الأنثى، فكان عدلاً كذلك أن يُناط بالشطر الثاني - الرجل - توفير الحاجات الضرورية، وتوفير الحماية كذلك للأنثى كي تتفرغ لوظيفتها الخطيرة، ولا يحمل عليها أن تحمل وتضع وترضع وتكفل، ثم تعمل وتكد وتسهر لحماية نفسها وطفلها في آن واحد. وكان عدلاً كذلك أن يمنح الرجل من الخصائص في تكوينه العضوي والعصبي، والعقلي والنفسي، ما يعينه على أداء وظائفه هذه، وأن تمنح المرأة في تكوينها العضوي والعصبي والعقلي والنفسي ما يعينها على أداء وظيفتها تلك.

وكان هذا فعلاً.. ولا يظلم ربك أحداً.

ومن ثم زودت المرأة فيما زودت به من الخصائص بالرقة والعطف وسرعة الانفعال والاستجابة العاجلة لمطالب الطفولة بغير وعي ولا سابق تفكير، لأن الضرورات الإنسانية العميقة كلها حتى في الفرد الواحد، لم تترك لأرجحة الوعي والتفكير، بل جعلت الاستجابة لها غير إرادية لتسهل تلبيتها فوراً وفيما يشبه أن يكون قسراً، ولكنه قسر داخلي غير مفروض من الخارج، ولذيذ ومستحب في معظم الأحيان. كذلك لتكون الاستجابة سريعة من جهة ومريحة من جهة أخرى مهما يكن فيها من المشقة والتضحية، صنع الله الذي أتقن كل شيء.

وهذه الخصائص ليست سطحية، بل هي غائرة في التكوين العضوي والعصبي والعقلي والنفسي للمرأة.. بل يقول كبار العلماء المختصين: إنها غائرة في تكوين كل خلية، لأنها عميقة في تكوين الخلية الأولى التي يكون من انقسامها وتكاثرها الجنين، بل خصائصه الأساسية.

وكذلك زُود الرجل، فيما زود به من الخصائص، بالخشونة والصلابة وبطء الانفعال والاستجابة، واستخدام الوعي والتفكير قبل الحركة، لأن وظائفه كلها بداية من الصيد الذي كان يمارسه في أول عهده بالحياة إلى القتال الذي يمارسه دائماً لحماية الزوج والأطفال، إلى تدبير المعاش إلى سائر تكاليفه في الحياة.. لأن وظائفه كلها تحتاج إلى قدر من التروي قبل الإقدام وإعمال الفكر والبطء في الاستجابة بوجه عام! وكلها عميقة في تكوينه عمق خصائص المرأة في تكوينها...

وهذه الخصائص تجعله أقدر على القوامة، وأفضل في مجالها.. كما أن تكليفه بالإنفاق وهو فرع من توزيع الاختصاصات يجعله بدوره أولى بالقوامة، لأن تدبير المعاش

للمؤسسة ومن فيها داخل في هذه القوامة والإشراف على تصريف المال فيها أقرب إلى طبيعة وظيفته فيها.

وهذان هما العنصران اللذان أبرزهما النص القرآني وهو يقرر قوامة الرجال على النساء في المجتمع الإسلامي.

قوامة لها أسبابها من التكوين والاستعداد، ولها أسبابها من توزيع الوظائف والاختصاصات، ولها أسبابها من العدالة في التوزيع من ناحية وتكليف كل شطر في هذا التوزيع بالجانب الميسر له، والذي هو معان عليه من الفطرة.

وأفضليته في مكانها.. في الاستعداد للقوامة والدربة عليها.. والنهوض بها بأسبابها.. لأن المؤسسة لا تسير بلا قوامة كسائر المؤسسات الأقل شأناً والأرخص سعراً، ولأن أحد شطري النفس البشرية مهيأ لها معان عليها مكلف تكاليفها، واحد الشطرين غير مهيأ لها، ولا معان عليها، ومن الظلم أن يحملها ويحمل تكاليفها إلى جانب أعبائه الأخرى.. وإذا هو هُيئ لها باستعداداته الكامنة، ودُرب عليها بالتدريب العلمي والعملي، فسد استعداده للقيام بالوظيفة الأخرى، وظيفة الأمومة.. لأن لها هي الأخرى مقتضياتها واستعداداتها وفي مقدمتها سرعة الانفعال، وقرب الاستجابة فوق الاستعدادات الغائرة في التكوين العضوي والعصبي وآثارها في السلوك والاستجابة!

إنها مسائل خطيرة.. أخطر من أن تتحكم فيها أهواء البشر.. وأخطر من أن تترك لهم يخبطون فيها خبط عشواء.. وحين تركت لهم ولأهوائهم في الجاهليات القديمة والجاهلية الحديثة هددت البشرية تهديداً خطيراً في وجودها ذاته، وفي بقاء الخصائص الإنسانية التي تقوم بها الحياة الإنسانية وتتغير.

ولعل من الدلائل التي تشير بها الفطرة إلى وجودها وتحكمها ووجود قوانينها المتحكمة في بني الإنسان حتى وهم ينكرونها ويرفضونها ويتنكرون لها.

لعل من هذه الدلائل ما أصاب الحياة البشرية من تخبط وفساد ومن تدهور وانهيار ومن تهديد بالدمار والبوار في كل مرة خولفت فيها هذه القاعدة، فاهتزت سلطة القوامة في الأسرة إذا اختلطت معالمها أو شذت عن قاعدتها الفطرية الأصلية!

ولعل من هذه الدلائل توقان نفس المرأة ذاتها إلى قيام هذه القوامة على أصلها الفطري في الأسرة، وشعورها بالحرمان والنقص والقلق وقلة السعادة، عندما تعيش مع رجل، لا يزاول مقام القوامة، وتنقصه صفاتها اللازمة، فيكل إليها هي القوامة: وهي حقيقة ملحوظة تسلم بها حتى المنحرفات الخابطات في الظلام!

ولعل في هذه الدلائل أن الأطفال الذين ينشأون في مؤسسة عائلية القوامة فيها ليست

للأب، إما لأنه ضعيف الشخصية، بحيث تبرز عليه شخصية الأم وتسيطر، وإما لأنه مفقود: لوفاته أو لعدم وجود أب شرعي! قلما ينشؤون أسوياء وقل ألا ينحرفوا إلى شذوذ ما في تكوينهم العصبي والنفسي وفي سلوكهم العملي والخلقي...

فهذه كلها بعض الدلائل التي تشير بها الفطرة إلى وجودها وتحكمها ووجود قوانينها المتحكمة في بني الإنسان حتى وهم ينكرونها ويرفضونها ويتنكرون لها![1]

من صفات الصالحات أن يكن طائعات

وبعد بيان واجب الرجل وحقه والتزاماته وتكاليفه في القوامة يجيء بيان طبيعة المرأة المؤمنة الصالحة وسلوكها وتصرفها بالإيمان في محيط الأسرة:

﴿فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ [النساء: الآية ٣٤] .

فمن طبيعة المؤمنة الصالحة ومن صفتها الملازمة لها، بحكم إيمانها وصلاحها، أن تكون قانتة مطيعة.. والقنوت: الطاعة عن إرادة وتوجه ورغبة ومحبة، لا عن قسر وإرغام وتفلت ومعاظلة، ومن ثم قال: قانتات ولم يقل: طائعات، لأن مدلول اللفظ الأول نفسي، وظلاله رضية ندية.. وهذا هو الذي يليق بالسكن والمودةِ والستر والصيانة بين شطري النفس الواحدة في المحضن الذي يرعى الناشئة، ويطبعهم بجوه وأنفاسه وظلاله وإيقاعاته!

ومن طبيعة المؤمنة الصالحة، ومن صفتها الملازمة لها بحكم إيمانها وصلاحها كذلك، أن تكون حافظة لحرمة الرباط المقدس بينها وبين زوجها في غيبته، وبالأولى في حضوره، فلا تبيح من نفسها في نظرة أو نبرة ـ بله العرض والحرمة ـ ما لا يباح إلا له هو بحكم أنه الشطر الآخر للنفس الواحدة ومما لا يباح، لا تقرره هي، ولا يقرره هو، إنما يقرره الله سبحانه:

﴿بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ [النساء: الآية ٣٤] ..

فليس الأمر أمر رضاء الزوج عن أن تبيح زوجته من نفسها في غيبته أو في حضوره ما لا يغضب هو له، أو يمليه عليه وعليها المجتمع إذا انحرف المجتمع عن منهج الله...

إن هناك حكماً واحداً في صدود هذا الحفظ، فعليها أن تحفظ نفسها.

﴿بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ [النساء: الآية ٣٤] .. والتعبير القرآني لا يقول هذا بصيغة الأمر بل

---

(١) «المرأة في ظلال القرآن» عكاشة عبد المنان الطيبي.

بما هو أعمق وأشد توكيداً من الأمر إنه يقول: إن هذا الحفظ بما حفظ الله هو من طبيعة الصالحات ومن مقتضى صلاحهن!

وعندئذ تتهاوى كل أعذار المهزومين والمهزومات من المسلمين والمسلمات أمام ضغط المجتمع المنحرف، وتبرز حدود ما تحفظه الصالحات بالغيب:

﴿بِمَا حَفِظَ ٱللَّهُ﴾ [النّساء: الآية ٣٤] مع القنوت الطائع الرضي الودود..

غير الصالحات هن الناشزات

فأما غير الصالحات، فهن الناشزات ـ من الوقوف على النشز وهو المرتفع البارز من الأرض ـ وهي صورة حسية للتعبير عن حال نفسية فالناشز تبرز وتستعلي بالعصيان والتمرد..

والمنهج الإسلامي لا ينتظر حتى يقع النشوز بالفعل، وتعلن راية العصيان، وتسقط مهابة القوامة، وتنقسم المؤسسة إلى معسكرين.. فالعلاج حين ينتهي الأمر إلى هذا الوضع قلما يُجدي ولا بد من المبادرة في علاج مبادئ النشوز قبل استفحاله، لأن مآله إلى فساد في هذه المنظمة الخطيرة، لا يستقر معه سكن ولا طمأنينة ولا تصلح معه تربية ولا إعداد للناشئين في المحضن الخطير، ومآله بعد ذلك إلى تصدع وانهيار ودمار للمؤسسة كلها، وتشرد الناشئين فيها أو تربيتهم بين عوامل هدامة مفضية إلى الأمراض النفسية والعصبية والبدنية.. وإلى الشذوذ..

فالأمر إذن خطير، ولا بد من المبادرة باتخاذ الإجراءات المتدرجة في علاج علامات النشوز منذ أن تلوح من بعيد.. وفي سبيل صيانة المؤسسة من الفساد، أو الدمار، أبيح للمسئول الأول عنها أن يزاول بعض أنواع التأديب المُصلحة في حالات كثيرة.. لا للانتقام ولا للإهانة ولا للتعذيب.. ولكن للإصلاح ورأب الصدع في هذه المرحلة المبكرة من النشوز.

الإجراءات المستخدمة مع الناشزات

﴿وَٱلَّٰتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَٱهْجُرُوهُنَّ فِي ٱلْمَضَاجِعِ وَٱضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا﴾ [النّساء: الآية ٣٤].

١ ـ **الموعظة**: هذا هو الإجراء الأول.. وهذا هو أول واجبات القيِّم ورب الأسرة، عمل تهذيبي، مطلوب منه في كل حالة: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا قُوٓا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلْحِجَارَةُ﴾ [التّحريم: الآية ٦] ولكنه في هذه الحالة بالذات، يتجه اتجاهاً معيناً لهدف معين، هو علاج أعراض النشوز قبل أن تستفحل وتستعلن.

ولكن العظة قد لا تنفع لأن هناك هوى غالباً، أو انفعالاً جامحاً، أو استعلاء جمال، أو بمال، أو بمركز عائلي.. أو بأية قيمة من القيم تنسي الزوجة أنها شريكة في مؤسسة، وليست نداً في صراع أو مجال افتخار، هنا يجيء الإجراء الثاني.. حركة استعلاء نفسية من الرجل على كل ما تدل به المرأة من جمال وجاذبية أو قيم أخرى، ترفع بها ذاتها عن ذاته أو عن مكان الشريك في مؤسسة عليها قوامة.

٢ ـ **محاولة الإصلاح عند الشقاق**: إذا رئي أن استخدام هذه الإجراءات قد لا يجدي بل سيزيد الشقة بعداً والنشوز استعلاءً، ويمزق بقية الخيوط التي لا تزال مربوطة، أو إذا أدى استخدام تلك الوسائل بالفعل إلى غير نتيجة.. في هذه الحالات كلها، يشير المنهج الإسلامي الحكيم بإجراء أخير، لإنقاذ المؤسسة العظيمة من الانهيار، قبل أن ينفض يديه منها ويدعها تنهار:

﴿وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَٱبْعَثُوا۟ حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِۦ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَآ إِن يُرِيدَآ إِصْلَٰحًا يُوَفِّقِ ٱللَّهُ بَيْنَهُمَآ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا ﴿٣٥﴾﴾ [النساء: الآية ٣٥] .

وهذا لا يدعو المنهج الإسلامي إلى الاستسلام لبوادر النشوز والكراهية ولا إلى المسارعة بفصم عقدة النكاح، وتحطم مؤسسة الأسرة على رؤوس من فيها من الكبار والصغار الذين لا ذنب لهم ولا يد وحيلة، فمؤسسة الأسرة عزيزة على الإسلام، بقدر خطورتها في بناء المجتمع، وفي إمداده باللبنات الجديدة اللازمة لنموه ورقيه وامتداده.

يجتمع الحكمان لمحاولة الإصلاح، فإن كان في نفسي الزوجين رغبة حقيقية في الإصلاح وكان الغضب فقط هو الذي يحجب هذه الرغبة فإنه بمساعدة الرغبة القوية في نفس الحكمين يُقدر الله الصلاح بينهما والتوفيق:

﴿إِن يُرِيدَآ إِصْلَٰحًا يُوَفِّقِ ٱللَّهُ بَيْنَهُمَآ ۗ﴾ [النساء: الآية ٣٥] ..

فهما يريدان الإصلاح، والله يستجيب لهما ويوفق.

وهذه هي الصلة بين قلوب الناس وسعيهم، ومشيئة الله وقدره.. إن قدر الله هو الذي يحقق ما يقع في حياة الناس، ولكن الناس يملكون أن يتجهوا وأن يحاولوا، وبقدر الله بعد ذلك يكون ما يكون.

ويكون عن علم بالسرائر وعن خبرة بالصوالح:

﴿إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا﴾ [النساء: الآية ٣٥] .

وهكذا نرى في هذا الدرس مدى الجدية والخطورة في نظر الإسلام إلى المرأة وعلاقات الجنسين ومؤسسة الأسرة وما يتصل بها من الروابط الاجتماعية.. ونرى مدى

اهتمام المنهج الإسلامي بتنظيم هذا الجانب الخطير من الحياة الإنسانية، ونطلع على نماذج من الجهد الذي بذله هذا المنهج العظيم، وهو يأخذ بيد الجماعة المسلمة التي التقطها من سفح الجاهلية في المرتقى الصاعد إلى القمة السامقة على هدى الله الذي لا هدى سواه.

عن ثوبان قال: لما نزلت: ﴿وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يُنفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ﴾ [التوبة: الآية ٣٤].

كنا مع رسول الله ﷺ في بعض أسفاره، فقال بعض أصحابه: أُنزلت في الذهب والفضة فلو علمنا أي المال خير لاتخذناه، فقال رسول الله ﷺ:

«أفضله لسان ذاكر وقلب شاكر، وزوجة صالحة تعين المؤمن على إيمانه»(١).

وعن ابن عباس قال: لما نزلت هذه الآية، كبر ذلك على المسلمين فقال عمر: أنا أفرج عنكم فانطلق، فقال: يا نبي الله، إنه كبر على أصحابك هذه الآية، فقال رسول الله ﷺ: «إن الله لم يفرض الزكاة إلا ليطيب ما بقي من أموالكم وإنما فرض المواريث لتكون لمن بعدكم».

فكبر عمر، ثم قال له:

«ألا أخبرك بما يكنز الرجل؟ المرأة الصالحة إذ نظر إليها زوجها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته»(٢).

خطب القاضي شريح جارية من تميم فلما خلا البيت دنا منها، ومد يده إلى ناحيتها فقالت: على رسلك أبا أمية كما أنت، ثم قالت: إني امرأة غريبة لا علم لي بأخلاقك فبيّن لي ما تحب فآتيه، وما تكره فأزدجر عنه، وقالت: إنه قد كان لك في قومك منكح، وفي قومي مثل ذلك، ولكن إذا قضى الله أمراً كان، وقد ملكت فاصنع ما أمرك الله به ﴿فَإِمْسَاكٌ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٌ بِإِحْسَانٍ﴾ [البقرة: الآية ٢٢٩].

قال القاضي: فإنك قد قلت كلاماً إن تثبتي عليه يكن ذلك حظك، وإن تدعيه يكن

---

(١) أخرجه الترمذي (٣٠٩٤)، وأحمد ٥/٢٧٨، وفي «الزهد» (٢٦) وذكره التبريزي في «المشكاة» (٢٢٧٧)، والسيوطي في «الدر المنثور» ٢/٢٣٢ والمنذري في «الترغيب» ٢/١٩٨ و٣/٤١.

(٢) أخرجه أبو داود (الزكاة) ب ٣٣، والبيهقي في «السنن» ٤/٨٣، والحاكم ١/٤٠٩ و٢/٣٣٣، وذكره ابن كثير ٤/٨٢، والسيوطي في «الدر المنثور» ٣/٢٣٢.

حجة عليك، أحب كذا، وأكره كذا، ونحن جميع فلا تفرقي، وما رأيت من حسنة فانشريها، وما رأيت من سيئة فاستريها.

فقالت: وكيف محبتك لزيارة الأهل؟ قلت: ما أحب أن يملني أصهاري، قال: فمن تحب من جيرانك أن يدخل دارك آذن لهم ومن تكرهه أكرهه؟

قال: بنو فلان قوم صالحون وبنو فلان قوم سوء.

وعن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ: «خير النساء التي تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تخالفه في نفسها ولا مالها بما يكره»[1].

وقيل لعائشة: أي النساء أفضل؟ فقالت: التي لا تعرف عيب المقال، ولا تهتدي لمكر الرجال، فارغة القلب إلَّا من الزينة لبعلها ولإبقاء الصيانة على أهلها..[2]

---

(١) أخرجه الحاكم ٢/ ١٦١، وذكره الزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٤٥، والهندي في «الكنز» (٤٥١٣٩)، والسيوطي في «الجامع» (١١٧٧١) ونسبه لأحمد والنسائي والحاكم، والشيخ الألباني في «الصحيحة» (١٨٣٨).

وأخرجه عن عبد الله بن سلام وغيره، السيوطي في «الجامع» (١١٧٧٣) وعزاه للطبراني، وأخرجه البغوي ١/ ٥١٩، والطبراني ٥/ ٣٩، والشيخ في «الصحيحة» (٤٥٤) وابن كثير ٢/ ٢٥٧ وغيرهم.

(٢) «الصفات المطلوبة في البنت والزوجة» عكاشة عبد المنان الطيبي.

أركان وشروط وآداب العقد

أركان العقد وشروطه لينعقد ويفيد الحل أربعة:

الأول: إذن الولي. فإن لم يكن فالسلطان.

الثاني: رضا المرأة إن كانت ثيباً بالغاً أو كانت بكراً بالغاً ولكن يزوجها غير الأب والجد.

الثالث: حضور شاهدين ظاهري العدالة، فإن كانا مستورين حكمنا بالانعقاد للحاجة.

الرابع: إيجاب وقبول فصل به بلفظ الإنكاح أو التزويج أو معناهما الخاص بكل لسان من شخصين مكلفين ليس فيهما امرأة، سواء كان هو الزوج أو الولي أو وكيلهما.

وأما آدابه، فتقديم الخطبة مع الولي لا في حال عدة المرأة، بل بعد انقضائها إن كانت معتدة ولا في حال سبق غيره بالخطبة، إذ «نهى عن الخطبة على الخطبة»[1].

ومن آدابه، الخطبة قبل النكاح، ومزج التحميد بالإيجاب والقبول فيقول المزوج: الحمد لله والصلاة على رسول الله زوجتك ابنتي فلانة. ويقول الزوج الحمد لله والصلاة على رسول الله قبلت نكاحها على هذا الصداق. وليكن الصداق معلوماً خفيفاً. والتحميد قبل الخطبة أيضاً مستحب.

ومن آدابه، أن يلقى أمر الزوج إلى سمع الزوجة وإن كانت بكراً فذلك أحرى وأولى بالإلفة، ولذلك يستحب النظر إليها قبل النكاح فإنه أحرى أن يؤدم بينهما.

ومن الآداب: إحضار جمع من أهل الصلاح زيادة على الشاهدين اللذين هما ركنان للصحة ومنها: أن ينوي بالنكاح إقامة السنة وغض البصر وطلب الولد وسائر الفوائد التي ذكرناها، ولا يكون قصده مجرد الهوى والتمتع فيصير عمله من أعمال الدنيا، ولا يمنع ذلك هذه النيات، فرب حق يوافق الهوى.

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ٢/ ١٣٠ و٥/ ١١، والشافعي في «المسند» (٢٩٢)، والبيهقي في «السنن» ٧/ ١٨٠.

قال عمر بن عبد العزيز : إذا وافق الحق الهوى فهو الزبد. ولا يستحيل أن يكون كل واحد من حظ النفس وحق الدين باعثاً معاً، ويستحب أن يعقد في المسجد وفي شهر شوال. قالت عائشة : تزوجني رسول الله ﷺ في شوال وبنى بي في شوال[1].

(١) قال محقق «الإحياء» ٢/ ٣٤ رواه مسلم. قلت: ورواه أيضاً ابن عدي ٥/ ١٨٨١.

إذا كان الزواج يتم بكتابة عقد بين رجل وامرأة، فإنه لا يكتمل إلّا إذا تم اللقاء الجنسي الأول، ومما لا شك فيه، أنَّ هذا اللقاء قد يتم بطريقة سهلة وبدون مشاكل في كثير من الحالات، ولا سيما عندما يكون الزوجان على قدر من الوعي والثقافة الجنسية فيقبلان على هذا اللقاء المرتقب في جو خال من الخوف والقلق، وعلى أن يتم بطريقة صحية لا يشوبها التوتر أو الانفعال، اللهم إلّا إذا كانا ناتجين من حب عميق وتقدير بالغ.

إلّا أنه من المؤكد كذلك أنه في كثير من الحالات يكون هذا اللقاء المرتقب مسبوقاً أو مصحوباً بشحنة ضخمة من الخوف والقلق والانفعال نتيجة الجهل بحقائق الأمور مما يطغى على ما لهذا اللقاء من انفعالات عاطفية جميلة.

والإنسان بطبيعته يخشى ما هو مجهول وما هو غير معروف وما هو مظلم. ومما لا شك فيه أن السبب الأول للخوف من اللقاء الأول هو قدر كبير من عدم المعرفة بأمور فيسولوجية طبيعية غلفها المجتمع على فترات طويلة بأغلفة من الأسرار والكتمان والمخاوف، وأحياناً بأغلفة من الأكاذيب والجهل أملتها بعض الظروف الاجتماعية وبعض المفاهيم الأخلاقية..

وأولى هذه المخاوف هو الجهل بفسيولوجية اللقاء الجنسي، سواء كان ذلك من ناحية المرأة أو من ناحية الرجل، وقد يتصور البعض أن الجهل من ناحية المرأة أكثر احتمالاً، إلا أنه في واقع الأمر أرى أن هذا الجهل موجود على قد المساواة بين الرجل والمرأة. وقد يتصور البعض أن هذا الجهل موجود في طبقة غير المتعلمين. أكثر منه بين المتعلمين وأقول كذلك إن هذا ليس صحيحاً؛ فإن الكثير من المتعلمين على قدر قليل جداً من الثقافة الجنسية.

واللقاء الجنسي الأول يجب أن يكون مصحوباً ومسبوقاً بعواطف الحب المتبادل والاحترام المتبادل وهو لقاء عطاء أكثر منه لقاء أخذ. وليس اللقاء الأول سوى قمة ما يصبو إليه الزوجان: امتزاج كامل.. ويجب أن تكون له مقدماته التي تؤدي إلى الارتخاء الكامل جسمياً ونفسياً.. كما يجب أن يخلو تماماً من أي عامل من عوامل الخوف أو العنف.

وإذا تم هذا اللقاء في هدوء فإنه سيكون لقاء طبيعياً لا يصاحبه ألم ولا يشوبه أي توتر. أما إذا صاحبه أي عنف فإن هذا يؤدي إلى مشاكل متعددة...

ومما يؤسف له ما يشاع عن أن اللقاء الأول يصاحبه ألم. وهذا أمر غير صحيح، إلا إذا تم، كما ذكرت، بطريقة جافة، أو استعمل فيه العنف الذي قد يتصوره بعض الأزواج نوعاً من الرجولة، أو نوعاً من الخشونة يتطلبه هذا الموقف، أو ترحب به الزوجة..

ولعل الكثير مما يذكر ويحكى للفتيات عما يصاحب هذا اللقاء من آلام عنيفة وهذا غير صحيح بالمرة، مرجعه إدخال الرعب والخوف في نفس الفتاة حتى لا تتعرض إلى أية تجارب جنسية قبل الزواج، وفي هذا مما لا شك فيه حماية لها ولعذريتها..

إلا أن لهذا مضار عنيفة عندما يتم اللقاء الأول في نطاق الزوجية القانونية المحترمة، وحينئذ تتوهم الفتاة وتتصور كل ما ذكر لها من قصص وحكايات، فتتوقع الألم وتتأكد حدوثه وتتفاعل ناحية هذا اللقاء تفاعلاً وقائياً تلقائياً قد يصل إلى درجة رفض اللقاء تماماً وعدم إمكانية إتمامه..

ولقد كان الأجدر أن تعرف الفتاة طبيعة الأمور على حقيقتها، وتعلم أن اللقاء الجنسي شيء طبيعي، وأحد متطلبات الإنسان كالأكل والشرب والنوم. وبالطبع لا يمكن أن يصاحبه ألم إلا في الحالات المرضية فقط، وأن كل ما يحدث ما هو إلا تفاعل نفسي ينقلب إلى تفاعل جسدي نتيجة معلومات خاطئة أدخلت على هذه الفتاة إما بقصد أو حتى بدون قصد، مما يؤدي إلى مضاعفات عديدة. وأقول بقصد عندما تحكي الأم أو الأخت هذه القصص المنفردة حتى تخيف البنت من أي محاولات جنسية. وأقول بغير قصد عندما تستمع الفتاة لقصص كثيرة من صديقاتها أو تقرأ في بعض الكتب ما يكتب بدون هدف صحي سليم، أو ما قد تشاهده أحياناً في الأفلام السينمائية. والمطلوب في حقيقة الأمر هو إعلام جنسي سليم، حتى تطمئن الفتاة إلى أن اللقاء الأول شيء طبيعي عادي يتم من ملايين السنين، وهو ليس فقط يبعد كل البعد عن الألم، بل هو في الحقيقة يعتبر قمة فيما يجب أن يستمتع به الزوجان خلال حياتهما الزوجية.

أما العامل الثاني من عوامل الخوف الذي يسيطر على كثير من الفتيات قبل الزواج فهو شعورهن بأن هذا اللقاء الأول هو الامتحان الأول والأخير لعذرية الفتاة، وأن هذا اللقاء الأول سيحدد طهارتها خلال طول الفترة التي سبقت الزواج، وأنه بهذا اللقاء سيتم اكتشاف سلامة غشاء البكارة..

ومما لا شك فيه أن هذا الموضوع يسيطر على أذهان نسبة مرتفعة جداً من الفتيات

ولا سيما في الفترة السابقة للزواج. ويتضح ذلك من آلاف الأسئلة التي تطرحها الفتيات حول موضوع غشاء البكارة وسلامته ومشاكله.

وغشاء البكارة غشاء رقيق من مدخل قناة المهبل التي يتم فيها اللقاء الجنسي، وبه فتحة تأخذ عدة أشكال يتم من خلالها خروج دم الحيض كما يتم من خلالها الاتصال الجنسي الأول.. وفي أغلب الأحوال عندما يتم اللقاء الأول تحدث بعض التمزقات البسيطة وتسيل بعض قطرات بسيطة من الدم.

ومن أعجب الأمور أن هذه المنطقة التي تحدث فيها هذه التمزقات من المناطق النادرة في الجسم التي تخلو من أعصاب الألم. والحكمة واضحة في ذلك حيث لا يكون هذا مصحوباً بأي ألم، وأود أن أقرر هذه الحقيقة العلمية لأن أي إنسان يتصور أن هناك جرحاً سيحدث له، وأن هناك دماً سيسيل، لا بد وأن يرتبط ذلك في ذهنه مباشرة بحدوث الألم.

ولكن كما ذكرت فإن هذه المنطقة تخلو من أعصاب الألم وبالتالي فلن يكون هذا سبباً لما هو مؤلم، إلا أنه لا بد من أن أقرر أنه إذا استعمل العنف، أو إذا فض غشاء البكارة بطرق أخرى غير اللقاء الجنسي، كما يحدث في بعض القرى، وفي هذه الحالة يكون الغرض أن تسيل أكبر كمية من الدم، فإن هذا لا يكون لقاء جنسياً بل اعتداء يسبب جروحاً تكون خطيرة في بعض الأحوال ولا بد أن يصاحب ذلك ألم شديد.

أرجع لأكمل كلامي عن الخوف على غشاء البكارة أو الخوف على العذرية، إذ تتصور كثيرات من الفتيات أن هذا الغشاء سهل المنال وقد تصاب نتيجة لأمور بسيطة، فتأتي فتاة وهي مضطربة اضطراباً شديداً تخشى أن يكون الغشاء قد أصابه تمزق نتيجة إصابة غير مباشرة، أو لأنها سقطت على السلم، أو لأنها قامت ببعض الألعاب الرياضية العنيفة.. وأود أن أؤكد أن كل هذه الأمور لا يمكن أن تصيب الغشاء بأي ضرر، فالغشاء يتمزق عندما يصاب إصابة مباشرة، سواء كان ذلك جنسياً أو غير جنسي.. ولقد رأيت الكثيرات من الفتيات اللاتي سيطر عليهن الرعب والخوف سنوات طويلة لاعتقادهن أنهن قد فقدن عذريتهن نتيجة مثل هذه الأمور، واتضح أن الغشاء سليم وأن العذرية كاملة، وقد بلغ الأمر ببعضهن أن يرفضن الزواج رفضاً تاماً نتيجة اعتقاد «خاطئ».

اللقاء بين العروسين يجب أن يكون لقاء شخصياً جداً يتم في غيبة الأهل جميعاً.. وكل ما يدور بين العروسين في هذه الليلة يجب أن يكون مسألة خاصة تتعلق بهما وحدهما، ولا يصح أن يطلع أي إنسان على تفاصيلها حتى ولا أم العروس!

فإذا احتفظ العروسان بهذه المسألة سراً خفياً بينهما فهذه بداية طيبة تبشر بالنجاح وتسهل المحاولة مرة ومرة.. في جو من الإقبال والتشجيع.. وفي هذا الجو يسهل نجاح العريس لأن الجنس عملية غريزية بسيطة لا تحتاج إلى قوة ولا فتاكة!.. كل المطلوب هو الخلوة والمودة بين الطرفين وهدوء البال.. ومتى نجح الرجل مرة يزيد نجاحه بالممارسة. نقول لأهل العروسين وللمعارف والجيران والأصدقاء: ابتعدوا عنهما! اقفلوا عليهما باب الشقة من الخارج.. ودعوهما وحدهما!

قبل الليلة الموعودة يجب على الأب أن يقدم لابنه، وعلى الأم أن تقدم لابنتها، المعلومات الجنسية بصراحة وبساطة.. ليأخذ كل من العروسين فكرة عن العلاقة الجنسية: تشريحها ووظائف أعضائها وسهولة أدائها وخلوها من الألم إذا تمت بالعضو التناسلي بلا تعجل ولا اندفاع.. أما طريقة الأصبع والمنديل فهي طريقة وحشية انفرد بها الإنسان المتأخر دون سائر الحيوانات لأنها شديدة الخطر مادياً ومعنوياً.. مادياً لأنها قد تحدث تمزقاً في جدار المهبل.. ومعنوياً لأنها قد تزرع في نفس العروس رعباً يرتبط بالجنس فتفقد لذته وتكره سيرته الأمر الذي يهدد الزواج بالفشل...

ويجب أن يتفاهم العروسان في الأمور الجنسية فهذه العلاقة حساسة ودقيقة وقد تفشل لخطأ غير مقصود من أحد الطرفين فإذا وجد التفاهم أمكن التكافؤ الجنسي بسهولة.

وليعرف العريس أن للعملية الجنسية مرحلتين: مرحلة التحضير التي تزداد فيها الرغبة بالتدريج وأهميتها للمرأة أكبر منها للرجل، وإذا أهملت مرحلة التحضير لا تصل الزوجة إلى الإشباع الجنسي.. ويتم ذلك بالمداعبة «ربع ساعة في المتوسط».. ويعقب ذلك مرحلة الالتقاء الفعلي.. وبذلك يرضي اللقاء الجنسي الطرفين.. ومن المعلومات التي يجب أن يُزوَّد بها العروسان أنه لا داعي مطلقاً لإتمام العلاقة الجنسية في الليلة الأولى من الزواج، قد تكون العروس متوترة من الخوف أو مجهدة من أثر انهماكها في إعداد بيت

الزوجية، وهنا يكفي أن تتوثق بين الطرفين أواصر الإلفة والمودة وتتدرج العلاقة من الهمس إلى اللمس إلى الاتصال الكامل.. بلا خوف ولا عنف.

ويجب أن يعلم العروسان ـ سلفا ـ أن أكثر أنواع الارتخاء شيوعاً هو «ارتخاء شهر العسل» بسبب عدم التجربة، وتوقع الفشل والخوف على العروس من الأذى والخوف مما قد ينجم عن العادة السرية من ضعف «وقد ثبت أن العادة السرية بريئة من هذه التهمة، بشرط عدم الإسراف وعدم الغلو في الشعور بالذنب».. فإذا عرفت العروس هذه المعلومات ستشجع عريسها وتشد أزره، ليكتسب الخبرة بسهولة.

وعلى الناصح للزوج أن يخبره أن الزوجة تحتاج إلى الراحة أياماً قليلة بعد فض البكارة ليلتئم الجرح الضئيل الذي حدث. وبذا يتم اللقاء التالي بلا ألم..

أما مواصلة اللقاءات بدون راحة فقد تسبب لها ألماً يعقدها من الجنس كما ذكرنا..

الطبيب الذي لا يكاد يرى مريضاً بالارتخاء حتى يوسعه منظاراً، وبحوثاً وتدليكاً للبروستاتا، وعلاجاً بالهرمونات، ينسى أن يسأل المريض عن ممارساته الجنسية السابقة.. ولو سأل لعلم أنه قد مارس الجنس بنجاح قبل زواجه أو كان طبيعي الانتصاب في العادة السرية.. والمريض الذي ينجح في ظرف ويرتخي في ظرف آخر لا يعاني من مرض عضوي بل من حالة نفسية.. هذه بديهية؛ فلماذا هذه البحوث والتدليكات وعلاج الهرمونات وغير ذلك مما يثبت اعتقاد الرجل بمرضه ويزيده سوءاً على سوء؟!.. كل ما يحتاج إليه المريض في هذه الحالة هو الشرح والتطمين والإيحاء ومهدئات خفيفة لما يعاني من قلق، وحبذا لو حضر العروسان معاً أثناء الفحص والشرح للأهل الذين يعيدون ابنتهم إلى بيت أبيها، ريثما يعالج المريض نفسه، أنهم مخطئون أشد الخطأ.. لأن الجنس عملية يقوم بها طرفان يجتمع بينهما التعاطف والتعاون. الزوجة ليست سلبية بل تعاون زوجها وتشجعه حتى ينجح في أداء دوره.. وهذا النجاح بدوره يؤدي إلى مزيد من النجاح..

أب ينصح ابنته:

احذري الكذب على زوجك فالكذب يخلق في نفس الرجل الشك والارتياب، وهما سم الحياة الزوجية.

احذري شدة الانفعال العصبية فهي تجعل البيت شبه جحيم.

احذري الإسراف في التجمل متى كان زوجك غيوراً، لأن ذلك يغضب الزوج الغيور ويثيره ويلقي في روعه أن زوجه تتجمل لسواه.

احذري الإسراف في مدح أي رجل غريب أمام زوجك، فقد يصدر المدح منك بحسن نية، ولكن الزوج يكره أن تمدح امرأته رجلاً غريباً على مسمع منه.

احذري البطنة، فإنها تفسد الجمال، وتجلب البدانة.

واوصى آخر ابنته فقال:

بنيتي، اعلمي أن هناك أمراً يرتبط ارتباطاً متيناً بهناء زوجك بحيث لا مهرب لأحدكما من أن يكون سبب سعادة الآخر، أو علة شقائه؛ فاحذري أول نفور يحدث بينك وبين زوجك فربما يتبعه نفور آخر إلى ما لا نهاية له.

أطيعي زوجك جهد استطاعتك واجتنبي الهزء (أي السخرية) والأحاديث المجونية، وإياك والمغالاة في الغيرة فإنها مفتاح الطلاق، وإياك وكثرة العتب فإنه يورث البغضاء.

حافظي على صحتك وتجنبي ما يشوه نضارة الوجه من الأصباغ المغرية.

احملي بكل بسالة ما يجب عليك حمله، واعلمي أن الشئون الخارجية هي من خصائص زوجك، أما الداخلية فتخصك أنت.

نظمي شؤونك المنزلية ولا تطلعي أحداً على أسرارك.

لا تفضّي رسائله بدون إذنه، أو تلحي عليه في معرفة ما لا يريد إخبارك.

احفظي لنفسك أسباب اختلافك معه ولا تجعلي الغير يطلع عليها.

إعلمي أن كل رجل لطيف يقدر المرأة التي عندها من الكياسة (أي الخفة والتوقد) وحسن الذوق والسياسة هو ما يجعلها تكتم في صدرها معظم شكاويها ولا تقلق زوجها بأن تكرر على مسمعه كل حديث المسائل البيتية الصغيرة التي تضايقها.

إذا زرتك مرات عديدة متوالية، بدون أن أراك، فإن ذلك يحزنني وإذا وجدتك وأسعدني الحظ بأن أراك تهتمين بشؤونك كما أتمنى فإن قلبي يفيض فرحاً وسروراً.

احتفظي بهذه النصائح وطالعيها على الأقل مرة كل شهر واذهبي بسلام وأستودعك الله.

ام توصي ابنتها

أوصت سيدة ابنتها عند زواجها فقالت: أي بنية لا تغفلي عن نظافة بدنك، فإن نظافته تضيء وجهك، وتحبب فيك زوجك وتبعد عنك الأمراض والعلل وتقوي جسمك على العمل. فالمرأة التفلة ـ أي التي تضع الأطلية المختلفة لشد وجهها بحضور زوجها من خضراوات ولبن تالف وغيره مما ينفر.. والذي يزول بمجرد خروجها من بيتها لكي تُرى كما قال ديابانوس وقد رأى امرأة خارجة في يوم عيد متزينة متعطرة فقال: هذه خرجت لتُرى لا لترى، فهذه تمجها (مج الشراب لفظه ورماه) الطباع وتنوب عنها العيون والأسماع. وإذا قابلت زوجك، فقابليه فرحة مستبشرة، فإن المودة جسم روحه بشاشة الوجه.

أعرابية تنصح ابنتها

أوصت أعرابية ابنتها في ليلة زفافها فقالت: أي بنية: إنك فارقت بيتك الذي منه خرجت، وعشك الذي فيه درجت، إلى وكر لم تعرفيه، وقرين لم تألفيه، فكوني له أمة، يكن لك عبداً، واحفظي خصالاً عشراً:

أما الأولى والثانية: فاصحبيه بالقناعة، وعاشريه بحسن السمع والطاعة.

أما الثالثة والرابعة: فالتفقد لموضع عينيه وأنفه، فلا تقع عيناه منك على قبيح، ولا يشم منك إلا أطيب ريح.

وأما الخامسة والسادسة: فالتفقد لوقت طعامه ومنامه فإن تواتر (أي تتابع) الجوع ملهبة، وتنغيص النوم مغضبة.

وأما السابعة والثامنة: فاحتراس بماله، والأدعاء على حشمه وعياله، فملاك الأمر في المال حسن التقدير، وفي العيال حسن التدبير.

وأما التاسعة والعاشرة: فلا تعصين له أمراً، ولا تفشين له سراً، فإنك إن خالفته أوغرت صدره وإن أفشيت سره لم تأمني غدره. ثم إياك والفرح بين يديه إذا كان مهتماً، والكآبة بين يديه إذا كان فرحاً.. فإن الخصلة الأولى من التقصير والثانية من التكدير. وكوني أشد الناس له إعظاماً يكن أشدهم لك إكراماً. واعلمي أنك لا تصلين إلى ما تحبين حتى تؤثري رضاه على رضاك، وهواه على هواكِ فيما أحببت وكرهت.. والله يخير لك.

نصيحة زوجة حنكتها التجارب

قالت سيدة تنصح الزوجات: لا يعطف قلب الرجل على المرأة سوى استمالتها إياه إلى ملازمة البيت بما تستطيع أن تستجمعه فيه من الوسائل التي تجذبه إلى ملازمته. فيجب على الزوجة:

١ ـ أن تحافظ على مظهرها النسوي، وتتجنب التشبه بالرجال لتبقى متصفة بخصائص المرأة ومميزاتها.. ولتعلم أن الزوج يجب أن تكون زوجته في داره كالشمس في سمائها لا يحجبها من العبوسة.. والتجهم سحاب قاتم لا سيما إذا دخل عليها عابس الوجه بباعث لا علاقة لها به.

وأن تكون ملمة بآداب المحادثة تسكت حين يجب السكوت ولا تقاطعه إذا تواصل حديثه ولا ترفع صوتها إذا حدثته جاعلة الصدق رائدها في كل حال فإن الصدق منج لها من ورطات الشك في محبتها وإخلاصها.

٢ ـ إذا أنست من نفسها تفوقاً وذكاء وسعة في العلم فلتكتم نصف ذكائها وعلمها مستعيضة عنه بمظاهر الإخلاص والوفاء والعطف لتكسب ميله إليه وعطفه عليها واحترامه إياها.

٣ ـ لتعلم الزوجة أن الزوج لا يطيق من زوجته أن تعامله بالفتور والتراضي، وقلة الاكترات.. فلتحذر هذه العادات ولتواسي زوجها بكلمة سلوان تقع من قلبه موقع المرهم من الجرح.

٤ ـ يحب الزوج أن تكون زوجته مديرة مقتصدة، فإذا وافاها بشيء من المال للإنفاق منه على شؤون البيت، مما يسره السرور كله أن يراها تحكِّم الروية والقصد في إنفاقه بحيث لا ينقص بيته شيء من حاجيات المعيشة ووسائل هنائها، كما يسره أن يراها من الذكاء والإطلاع بحيث تفهم ما يحدِّثها بها.

إن اتبعت الزوجة هذه النصائح فسوف يقضي الزوج أوقات فراغه في المنزل مع زوجته يحادثها ويؤنسها ويقاطع القهاوي والملاهي مزالق الشر ومساقط الفساد.

فخير ما يهدي الآباء والأمهات للعروسين النصيحة النافعة والأدب الحسن حتى يعرف كل من الزوجين ما له وما عليه نحو شريكه في الحياة، ويقوم كل منهما بواجبه، فتدوم الإلفة والمحبة والمودة ويعم الهناء والصفاء، وتعمر البيوت بالهدوء، والسكينة والخير وتستريح من المشاكل.

نصيحة أم لابنتها في ليلة دخلتها

نصحت أم ابنتها فقالت لها:

عليك بالقناعة.. والسمع والطاعة.. والعفة والوداعة..

ابسطي الأنظار... المنخار «الأنف».. والمنقار «الفم»..

راعي الأميال.. حافظي على الأموال. وساعدي في الأعمال.

اعملي ما يسره.. واكتمي كل سره.. ولا تعصين أمره..

استري على عيبه.. وعلى جيبه.. وتوددي له في شيبه..

صوني لسانك.. وأجيري جيرانك... واثبتي في إيمانك..

عشر نصائح للزوج وللزوجة

من نصائح بعض المجربين، للزوج والزوجة:

لا تتقابلا إلا وأنتما مبتسمان..

تذكرا لحظات الغرام الأولى..

لا تسمحا لهفوة أن تمر... بدون الصفح عنها.

ليتساهل الواحد.. إذا تشدد الآخر. لا تغضبا معاً.. في وقت واحد..

لا تذكرا سيئة مضت..

لا تندما على ماض..

لتكن غاية كل منكما راحة قرينه.

لا تجعلا نهاركما يمر على جفاء..

لا يكرر أحدكما طلباً.. لم يجب أول مرة..

يعلمن بناتهن... ترويض رجالهن

كان نساء العرب يعلمن بناتهن اختيار الأزواج فكانت المرأة تقول لابنتها: اختبري

زوجك قبل الإقدام والجرأة عليه.. فانزعي زج رمحه.. فإن سكت.. فقطعي اللحم على ترسه.. فإن سكت.. فكسري العظام بسيفه. فإن صبر.. فاجعلي الآكاف على ظهره... وامتطيه.. فإنما هو حمارك.. وعلى الجملة.. فبالعدل قامت السماوات والأرض.. وكل ما جاوز حده انقلب إلى ضده.

فينبغي أن تسلك الاقتصاد في المخالفة والموافقة.. وتتبع الحق في جميع ذلك لتسلم من شرهن.

رباعيات نسائية

قال مغيرة بن شعبة: صاحب المرأة الواحدة.. إن حاضت حاض معها.. وإن مرضت مرض معها..

وصاحب الاثنتين: بين حجرتين أيتهما أدركته أحرقته..

وصاحب الثلاث: في سفر دائم كل ليلة في قرية..

وصاحب الأربع عروس في كل ليلة.

وصايا مختلفة

* الزبير في الموفقيات قال: زوّج مسعود بن قيس بن مسعود بن خالد ابنته من لقيط بن زرارة بن عدس على مائة من الإبل ليس فيها ناب ولا مصرمة ولا مدابرة. قال: ثم دخل على ابنته فقال لها:

«أي بُنية: إني زوجتك غلاماً عزيز النفس فلا تدني منه كل الدنو فيملك، ولا تبعدي عنه كل البعد فينساك واغلبي أحماءك بالخير ولا تعليهم بالشر، وكوني له أمة يكن لك عبداً، وتتبعي من الطيب مواقع أنفه واعلمي أن طيب النساء الماء».

* نصيحة الإمام أبي حامد الغزالي للزوج:

قال: نفس المرأة على مثال فرسك، إن أرسلت عنانها قليلاً جمحت بك طويلاً، وإن أرخيت عذارها فتراً جذبتك ذراعاً، وإن كبحتها وشدّدت يدك عليها في محل شدة ملكتها.

* نصيحة أبي الدرداء لزوجته:

إذا رأيتني غضبت فَرَضِّيني، وإذا رأيتك غضبت رَضَّيْتُكِ وإلّا لم نصطحب.

* وقال رجل لزوجته:

خذي العفو مني تستديمي مودتي	ولا تنطقي في سورتي حين أغضب
ولا تنقريني نقرك الدّف مرة	فإنك لا تدرين كيف المغيب

فإني رأيت الحب في القلب والأذى   إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهب

* وصية عبد الله بن جعفر بن أبي طالب لابنته:

قال: إياك والغيرة فإنها مفتاح الطلاق. وإياك وكثرة العتب فإنه يورث البغضاء، وعليك بالكحل فإنه أزين الزينة، وأطيب الطيب الماء.

* وصية أصحاب رسول الله ﷺ للزوجة:

عن أنس بن مالك قال: كان أصحاب رسول الله ﷺ إذا زفوا امرأة على زوجها يأمرونها بخدمة الزوج ومراعاة حقه.

وعن أبي جعدة قال: كان في قريش رجل في خلقه سوء، وفي يده سماح، وكان ذا مال، فكان لا يكاد يتزوج امرأة إلّا فارقها لسوء خلقه وقلة احتمالها. فخطب امرأة من قريش جليلة القدر، وبلغها عنه سوء خلقه، فلما انقطع ما بينهما من المهر، قال لها: يا هذه إن فيَّ سوء خلق يعود إلى احتمال وتكرم، فإن كان بك عليَّ من صبر وإلّا فلست أغرك مني، فقالت له: إن أسوأ خلقاً منك لمن يحوجك إلى سوء الخلق، وتزوجته فما جرى بينهما كلمة حتى فرق بينهما الموت.

* زوج يطلب من زوجته أن تنصح ابنتها:

زَوَّج رجل ابنته من ابن أخيه، فلما أراد تحويلها قال لأمها: مري ابنتك ألّا تنزل مغارة إلّا ومعها ماء فإنه للأعلى جلاء وللأسفل نقاء، ولا تكثر مضاجعته، فإنه إذا مل البدن، مل القلب! ولا تمنعه شهوته، فإنَّ الحظوة في الموافقة.

عشر نصائح للعروسة

١ ـ لا تخافي من ليلة الزفاف ولا تفكّري كثيراً أو تسمعي كلاماً غير علمي من الصديقات يؤدي إلى حالة من القلق والخوف.

٢ ـ في بعض الحالات تكون الفتحة في غشاء البكارة مسدودة نتيجة عيب خلقي ويؤدي إلى عدم نزول دم الطمث وهذا النوع يحتاج إلى فتحه بواسطة الأخصائي.

٣ ـ كذلك يوجد نوع آخر من غشاء البكارة يسبب المشاكل وهو النوع المطاط الذي إذا حدث الاتصال لا ينزل معه دم ولا يهتك الغشاء، ويمكن في حالة الشك العرض على الأخصائي الذي يقرر وجود هذا النوع ويزيل الشك من النفوس.

٤ ـ أفضل طريقة لفض الغشاء هي ممارسة اللقاء الجنسي بطريقة طبيعة جداً ويفضل أن يكون العريس هادئ الأعصاب تماماً ويتصرف بطريقة معتدلة ويراعي الخجل عند العروس، وإذا كانت من النوع الحساس للألم فيجب مراعاة ذلك، وكذلك هدوء المكان لأن كل ذلك يؤثر على طريقة فض الغشاء.

٥ ـ بعد فض الغشاء الأفضل انتظار الزوجين يومين أو ثلاثة حتى يلتئم جرح الغشاء.

٦ ـ كذلك استعملي غسولاً موضعياً بمطهر مثل «ديتول» مع استعمال بعض المواد المضادة الحيوية حتى تتجنبي حدوث الالتهابات الموضعية.

٧ ـ كذلك أنصح بعدم فض الغشاء أثناء الدورة الشهرية، أنصح بالتأجيل حتى لا تحدث التهابات مما يكون له تأثير بعد ذلك في المستقبل. ويجب الكشف فوراً عند الطبيب إذا حدثت لك آلام شديدة عند التبول بالإضافة إلى الالتهابات الموضعية نتيجة فض الغشاء الذي يؤثر على المهبل وفتحة المثانة الخارجية، وبذلك يستطيع الأخصائي أن يصف لك المواد المضادة الحيوية وبعض الأدوية المطهرة للبول وكذلك علاج الالتهابات الخارجية والداخلية حتى تزول كل هذه الأعراض.

٨ ـ أنصح أيضاً بعدم استعمال حبوب منع الحمل في البداية بعد الزواج حيث إن هذه الحبوب تحتوي على نسبة كبيرة من الهرمونات، الأمر الذي يسبب آثاراً ضارة، لا سيما إذا لم تتأكد من اكتمال تكوينها بالنسبة للعروس الصغيرة، وكذلك اللولب لا يحسن

استعماله إلا للزوجة التي سبق لها الولادة، والأفضل إنجاب طفل أولاً وعدم استعمال أي مانع واق في السنة الأولى.

٩ ـ مراعاة النظام في التغذية، لا سيما بعد الزواج، بالابتعاد عن النشويات والسكريات حتى لا تؤثر على رشاقتك لأن معظم الفتيات بعد الزواج يتعرضن للسمنة نتيجة الإفراط في الأكل الدسم بعد الزواج.

١٠ ـ عدم استعمال أي وصفات بلدية لعلاج الالتهابات أو لتحديد النسل لأن من الممكن أن تؤدي هذه الوصفات إلى نتيجة عكسية. والأفضل في حالة أي تعب أو شكوى اللجوء إلى الكشف الطبي حتى لا تحدث مضاعفات تؤثر عليك خصوصاً من ناحية الحمل، أي تؤدي إلى العقم[١].

---

(١) انظر: «طبيبك الخاص» العدد ٩٣ ص ٤٤.

علاقة الحب مهمة جداً للناس جميعاً، ولكنه بالرغم من ذلك، فقليلاً ما نفكر في كيفية تنمية هذه العلاقات، ولذلك نحرص في هذه الصفحات على تقديم بعض الأفكار التي ثبت أنها تقوي علاقات الحب عموماً والعلاقات الزوجية بصفة خاصة.

١ ـ التواصل:

رغم أن التواصل هو أهم المهارات التي تحافظ على علاقات الحب، إلّا أنه نادراً ما يتواصل الناس، بل يبدو كما لو أنهم يتحدثون إلى أنفسهم طوال الوقت، فهم إما غير واضحين لما يريدونه أو يقولونه، أو أنهم غير قادرين على تحويله إلى الكلمات المناسبة.

ومن الواضح أيضاً أن المستمعين الجيدين هم أندر من المتحدثين، والمشاركة وهي أساسية لبناء التفاهم والتواصل، تتوقف تماماً عندما يشعر المتحدث أنَّ المستمع قد توقف عن الاستماع، ولذلك فإن أية علاقة حب ستقوى كثيراً إذا استمع كل طرف إلى الآخر وتصرف تبعاً لهذه الاقتراحات:

أ ـ يجب أن يحاول كل واحد التعبير عن حبه للطرف الآخر بالأفعال والأقوال ولا يجب عليه أن يعتقد أن الطرف الآخر يعرف مشاعره.. وحتى لو بدا الطرف الآخر خجولاً وأنكر أنه بحاجة إلى الاهتمام، فلا يجب تصديقه.

ب ـ المجاملات مهمة جداً حتى عند الأداء الجيد للعمل المفروض، وأيضاً التخفيف عند الفشل.

ج ـ يجب أن يخبر كل من الطرفين الطرف الآخر عندما يشعر بالحزن أو الوحدة أو سوء الفهم، فمعرفة أحد الزوجين أن بإمكانه مساعدة شريك حياته يجعله يشعر بالقوة. ويجب تذكر أن الحب لا يعني أنه يمكن للمحب أن يقرأ عقل حبيبه.

د ـ يجب التعبير عن المشاعر والأفكار المفرحة بتلقائية، فهذا يمد العلاقة بالقوة والحيوية، ويسمح للأحداث الطارئة بتجديد روتين الحياة.

هـ ـ أيضاً، يجب الاستماع إلى الطرف الآخر بدون محاكمة، فلا يجب أن يشعر أي

من الطرفين الطرف الآخر بأن ما يشعر به تافه وغير حقيقي، فهي تجاربه، ولذلك فهي مهمة وحقيقية بالنسبة له.

و ـ يجب على كل من الزوجين أن يجعل الآخرين يعرفون أنه يقدر شريكه، فالتأكيد العلني للحب من قبل أحد الزوجين يشعر الطرف الآخر بالأهمية والفخر.

٢ ــ العاطفة:

يبدو أننا نخاف من التعبير الجسدي عن الحب أو تلقي هذا التعبير من الآخرين. وهذا قد يرجع إلى أن اللمس مرتبط بمحرمات قديمة، غالباً محرمات للجنس لاشعورية، ولكن إظهار العواطف مهم جداً للصحة..

فالأحضان يمكنها أن تزيل الاكتئاب وتولد حياة جديدة في الجسد المتعب وتجعل الشخص يشعر بأنه أكثر حيوية ونشاطاً، وإذا كانت العواطف الجسدية غريبة على الشخص، فمن الطبيعي أنه سيشعر بعدم الراحة في البداية، ويمكن البدء مع العائلة والأصدقاء بالتصافح بالأيدي، أو بربتة خفيفة على الظهر أو لمسة من الأصابع، ومن هذا يمكن أن ينتقل إلى حضن دافئ أو قبلة رقيقة، ففتح الأذرع لشريك العمر يأخذ مجهوداً قليلاً، ولكن فيه أوضح علامات الحب.

٣ ــ التسامح:

هناك دفء وقوة في كلمة «تسامح» فهي توحي بقوة باللطف والشفاء ولمِّ الشمل والتجدد.

ولكن قد يكون الغفران صعباً جداً إذا لم يجد أحد الزوجين تبريراً لتصرف جارح صدر من الطرف الآخر، ولكن يمكن أن يغفر فقط عندما ينظر إلى شريكه برأفة وحنو على أنه إنسان، ولذلك فهو غير كامل وهو معرض للخطأ والضعف مثله تماماً.

فالحب يمكِّن الإنسان من أن يرى الخطأ بمعزل عن مرتكبه، وبذلك يمكن أن يرى علاقة الحب المستمرة كأعظم وأكثر قيمة من الألم المؤقت المتسبب عن تصرف خاطئ منفصل.

٤ ــ الصدق:

الأمان الشخصي ينبع دائماً من افتراض أن كلاً من الزوجين سيكون صادقاً مع شريكه، وعندما يهتز هذا الشعور بالأمان عن طريق الخداع تدمر الحياة الزوجية.

والثقة شيء مستحيل بدون صدق فعندما ينعدم الصدق، لا يمكن أن يكون هناك

حب، ويمكن حتى للخداع التافه الذي يقصد به المحافظة على مشاعر الطرف الآخر أن يقود إلى عدم الثقة.

فالحقيقة يمكن أن تقدم بطريقة محببة وودودة.. ويجب أن نقبل حقيقة أننا قد لا نستطيع أن نكون أمناء طول الوقت، ولكن إذا أردنا لعلاقاتنا أن تنمو وتستمر فالصدق والثقة يجب أن يكونا هدفنا الدائم.

بجانب هذه الصفات الأربع الأساسية هناك الصفات الأخرى التي يمكنها أن تساعد على تقوية العلاقة الزوجية.

٥ ــ عدم الغيرة:

حيث إنَّ القليل من الناس فقط هم الذين يستطيعون التجرد تماماً من الغيرة، فيجب أن تنظم العلاقة مع هذه الصفة.

فالغيرة يمكنها أن تصبح وحشاً قادراً على تحطيم حياة أي شخص وتحطيم حياة من يحبهم أيضاً، أو تكون تحدياً للشخص في احترام النفس ومعرفته لذاته.

فالغيرة لا يمكن أن تتضاءل إلّا إذا قبل الشخص أخيراً حقيقة أنه لا يمكن أن يمتلك إنساناً آخر، وأن يتعلم أن حب شريكه يعني أنه يريده أن يكون نفسه مهما كان هذا مؤلماً، فيجب أن يطلق سراح الحب وعندما يعود فقط يمكن للإنسان أن يتعرف على الحقيقة..

٦ ــ القبول:

يجب أن يقبل كلٌّ من الزوجين الآخر كما هو باعتباره ليس كاملاً، فإذا ما خاف الشخص التصريح عن نفسه غير الكاملة، فلا يمكنه أن يتوقع من شريكه أن يفعل هذا، وبهذا يصبحان غريبين، ولكن هناك أزواجاً يعترفون بأنهم لا يملكون الكثير، ولكن هذا هو كل ما عندهم.. ولذلك يجب الاكتفاء بما هو موجود.

ولكي تتشكل علاقات زوجية سعيدة، يجب أن يكون الزوجان سعيدين بنفسيهما كما هما، ويجب أن يحترم كل من الطرفين حقوق الآخر ومواقفه ومشاعره.

٧ ــ الاحترام:

غالباً فالمشاكل الكبيرة لا تكون سبباً في فشل العلاقات الزوجية، ولكن الخطأ ينشأ من سلسلة من الأشياء الصغيرة عبر فترة طويلة من الزمن، تصرفات صغيرة مستهترة، أو تعليقات تقال بدون تفكير، أو كلمات لم يتحدث بها صاحبها، أو نيات طيبة لأفعال حسنة تؤجل دائماً.

فنحن دائماً نعامل المعارف العارضين باعتبار أكثر مما نعامل الناس القريبين إلى قلوبنا «أشكرك» و«من فضلك» و«من بعد إذنك» وإذا لم يكن لديك مانع» هي طريق لإظهار الحب لشريك الحياة..

فيجب خلق مناخ من الدفء والاحترام بين الأزواج بأن يعامل كل منهما الآخر بكرامة واحترام.

الحب المثالي هو الذي يحترم فيه الطرفان كل منهما الآخر وإلا ابتذل الحب وأصبح لهواً ومتعة... وكذلك الزواج المثالي... ويوم يفقد فيه أحد الزوجين احترام الآخر، تبدأ به الحياة الزوجية في الانهيار... والاحترام المطلوب ليس أمام الناس فقط بل وفي البيت فيما بين الزوجين منفردين وعلى الأخص أمام الأولاد والخدم.

٨ ـ التقاليد:

تعامل التقاليد غالباً في هذه الأيام على أنها طرافات رومانسية، فتوقفت عشاءات العائلة في أيام الإجازات ومعها توقف الاحتفال بالمناسبات التي تجمع أفراد الأسرة معاً..

٩ ـ مشاركة الأحلام:

ترفع الأحلام الإنسان فوق العالم الدنيوي المادي وتثري مستقبله بالتوقعات ولذلك فإن الحلم المشترك من شأنه أن يضيف عنصر الجدة والدهشة إلى العلاقة الزوجية.. فالأحلام تقدم نجاحات الغد كالأطفال والسفر والأمان المادي بالإضافة إلى السلام والسعادة والفرح، والحلم هو مكان خاص، ولذلك فإن مشاركة من الزوج يسمح لكلا الزوجين أن يكون واضحاً للآخر.

١٠ ـ الشجاعة:

يمكن للخجل أن يمنع الطرفين الالتقاء عند نقطة واحدة، فالعلاقة الزوجية تتطلب الجرأة، والمشاكل والخلافات والإحباطات حتمية، ولذلك فالزوجان يحتاجان إلى شجاعة لمواجهتها، فيجب أن تعطى العلاقات الفرصة، لأنه ليس هناك ما هو أعظم من أن يحب الإنسان شخصاً آخر، أو أن يتلقى الحب في المقابل[١].

(١) انظر: «طبيبك الخاص» العدد ١٩٩ ص ٣٠.

١١ ـ الشجار في غرفة النوم وبصوت منخفض:

حذار من الشجار العلني في البيت؛ فليدخل الزوجان غرفة النوم ويغلقا الباب خلفهما ويتشاجرا بصوت منخفض أقرب إلى الهمس لا يسمعه الأولاد ولا الخدم. حذار من أن يسب أحد الزوجين الآخر أو يشتمه أمام الأولاد. حذار أن يفضح أحد الزوجين عيوب الآخر، أو يحط من قدره الأولاد حتى لا يشبوا على كراهيته وعداوته. في النهاية الكل خاسرون.

١٢ ـ لا أسرار ولا اعترافات:

حذار أن يعترف أحد الزوجين للآخر بماضيه ويكشف أسراره إن كان له ماض. فليحتفظ كل منهما بماضيه لنفسه، وليكتم أسراره، فهو لم يكن مسؤولاً أمام الطرف الآخر قبل الزواج. لأنه بالرغم من الغفران المعلَن فلسوف تشتعل نار الغيرة في نفس الشريك الآخر، وتتزعزع منه الثقة، وإن لم تظهر هذه الغيرة فتبقى خامدة حتى تتسنَّى لها لحظة الاشتعال.

١٣ ـ التسامح في الأخطاء:

الزواج المثالي يقتضي التسامح في الأخطاء. وفي استطاعة الزوجين أن يحتفظا بعش الزوجية عامراً سعيداً بفضل هذا التسامح بشرط ألّا تكون الأخطاء مخلة بالشرف.. فالزوجة مهما غضبت في بيت أهلها سوف تحن يوماً لبيتها وتعود إليه طائعة مختارة. وكذلك الزوج الخاطئ لا يستغني عن بيته ولا يتركه ولا يجد الدفء والأمان إلا في أحضان زوجته.

١٤ ـ الإنفاق بقدر الموارد:

لا ديون ولا أقساط... لا سلف من البنوك ولا رهونات... وعلى قد لحافك مد رجليك.

١٥ ـ عقارب الأقارب:

وأنا لا أطلق الحكم على عواهنه كما يطلقه المثل السائر، بل أقول إن بين الأقارب عقارب ينبغي اجتنابهم، كما يجب اجتناب حسد وحقد وكيد الأصدقاء والصديقات والجيران والمعارف.. كم من بيوت هدمها الأقارب، من أخٍ أو أختٍ أو عمٍّ أو خال ومَن لفَّ لفُّهم. وحذار من شلة الزوج والأصدقاء، وحذار ثم حذار من شلة الزوجة والصديقات.

١٦ ــ الزواج ليس منفعة:

عندما ينقلب الزواج إلى صفقة يجري مسرعاً نحو النهاية... عندما تطالب الزوجة زوجها بتحريض من أهلها أو صاحباتها أن يؤمن مستقبلها بعقار أو بمال أو حتى بوثيقة تأمين.. وعندما يطلب الزوج من زوجته أن توقع على قائمة بملكيته لأثاث البيت أمام موثق الشهر العقاري، أو يطالبها بريع عقار تملكه، أو بيع بعض مصوغاتها أو مجوهراتها وفاء لبعض التزاماته، عندئذ يتحوَّل الزواج إلى صفقة هدف كل واحد من طرفيها الكسب وأكبر كسبها من الطرف الآخر.

١٧ ــ فليكن لقاء كل يوم كأول لقاء:

لقاء كل يوم بين الزوجين ينبغي أن يكون أول لقاء بينهما... لقاء نظيفاً وصافياً.. لا رائحة بصل وتقلية، ولا بلل غسيل، ولا شعر منكوش، ولا ثوب معطر بروائح المطبخ.. ولا لقاء عند الباب بالصراخ والشكوى من العيال وهم العيال.. ولا ذقن مهملة فات ميعاد حلقها، ولا معاتبة، ولا استعجال للغذاء، ولا نوم مباشر بعد الطعام والظهر للظهر..

١٨ ــ الاختلاط بحدود:

إن الاختلاط بالجميع، أهلاً وأصدقاء وصديقات، كما مع الجيران، يجب أن يحصل والزوجان معاً دائماً، سواء في البيوت أو في النوادي، كذلك الزيارات واللقاءات، اتقاءً لشر ألسنة الناس.

والأسرار لا تذاع. ومن كتم السر سلم وآمن وتحصن ضد غدر المستقبل. ونوع خاص من الأسرار أحذر الزوجين من الخوض والتندر فيه مع صديق الزوج أو صديقة الزوجة، ألا وهو ما يتعلّق بالعلاقة الجنسية بينهما، فهما، إن فعلا، يهبطان بنفسيهما إلى مستوى الغريزة البهيمية الرخيصة، ويهتكان سر أقدس المقدسات في علاقاتهما الزوجية.

١٩ ــ الطلاق ممنوع:

مهما كانت الأسباب، عدا الخيانة الزوجية طبعاً.. حذار من الطلاق إنه أبغض الحلال عند الله وعند الناس أيضاً.. وإذا ما تزعزعت حياتك الزوجية وزلزلت الخلافات الزوجية أركان بيتك وغابت شمس السعادة التي كانت تنشر فيه النور والدفء، فلا تتسرع وتلجأ إلى الطلاق كحل وحيد وأخير، تريث وفكّر طويلاً.. فكّر في أن العيب قد يكون فيك وأنت غافل.. فكّر في أنك قد تكون الظالم... فكّر في مصيرك ومصير أودلاك. لا

تحرم نفسك الواحة التي تظلل وتطفئ ظمأك في صحراء كفاحك وجهادك في سبيل لقمة العيش.. لا تحرم نفسك الصدر الحنون الذي تهجع إليه وتستريح عليه وتنسى متاعبك وتمسح الألم وتحلم بآمالك.. لا تحرم أولادك رعاية الأم وحبها وحنانها، ولا تحرمهم وجودك وتحجب عنهم ظِلَّك الذي يتقون به سعير الدنيا وهجيرها حتى ينموا ويشبوا على أقدامهم رجالاً أشداء يفخرون بحملهم لاسمك، تفخر وتزهو بهم...

تعال على نفسك واغفر لزوجتك هفواتها وأخطاءها البيضاء مهما اشتدت، وانزل من كبريائك من أجل أولادك ومن أجل نفسك ومن أجلها هي...

من آداب اللقاء: ملاطفة الزوجة

يستحب للزوج إذا دخل على زوجته أن يلاطفها، ويداعبها، ويضاحكها، لحديث جابر قال: تزوجت فأتيت النبي ﷺ فقال: «تزوجت يا جابر؟» قلت: نعم. قال: «بكرٌ أم ثيب؟» فقلت: بل ثيباً. قال: «فهلا بكراً تلاعبها وتلاعبك»..

وفي رواية: «فهلا بكراً تضاحكك وتضاحكها، وتلاعبك وتلاعبها»[1].

ولحديث أسماء بنت يزيد بن السكن قالت:

«إني قَيَّنت ـ أي زينت ـ عائشة لرسول الله ﷺ، ثم جئته فدعوته لجلوتها ـ أي للنظر إليها مجلوة مكشوفة ـ فجاء، فجلس إلى جنبها، فأُتيَ بِعُسٍّ ـ أي قدح كبير ـ لبن، فشرب، ثم ناولها النبي ﷺ، فخفضت رأسها واستحيت، قالت: فأخذت، فشربت شيئاً، ثم قال لها النبي ﷺ «أعطي تربك» ـ أي صديقتك ـ قالت أسماء: فقلت: يا رسول الله! بل خذه فاشرب منه ثم ناولنيه من يدك، فأخذه فشرب منه ثم ناولنيه، قالت: فجلست، ثم وضعته على ركبتي، ثم طفقت أديره وأتبعه بشفتي لأصيب منه شرب النبي ﷺ، ثم قال لنسوة عندي: «ناوليهن» فقلن: لا نشتهيه!

فقال ﷺ: «لا تجمعن جوعاً وكذباً»[2]..

---

(١) أخرجه البخاري (٤٤٣) و(١٠٨١) و(٢٠٩٧) و(٢٣٠٩) و(٢٣٨٥) و(٢٣٩٤) و(٢٤٠٦) و(٢٤٧٠) و(٢٦٠٣) و(٢٦٠٤) و(٢٧١٨) و(٢٨٦١) و(٢٩٦٧) و(٣٠٨٧) و(٣٠٨٩) و(٣٠٩٠) و(٤ش٠٥٢) و(٥٠٧٩) و(٥٠٨٠) و(٥٢٤٣) و(٥٢٤٤) و(٥٢٤٦) و(٥٢٤٧) و(٥٣٦٧) و(٦٣٨٧)، ومسلم (الرضاع) باب استحباب نكاح البكر رقم (٥٦)، والترمذي (١١٠٠)، والنسائي (٣٢١٩) والبيهقي في «السنن» ٧/ ٨٠، والبغوي في «شرح السنة» ٩/ ١٤ ـ ١٥ رقم ٢٢٤٥ والنسائي في «عشرة النساء» (٥١) و(٥٥)، وابن عساكر ٣/ ٣٩٠، وابن عدي ٤/ ١٥٣٤ وأحمد ٣/ ٣١٤، وابن السني (٦٠٥)، وسعيد بن منصور (٥١٠) و(٥١١) وابن أبي شيبة ٤/ ٤١٧، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٢٥٩.

(٢) أخرجه الإمام أحمد ٦/ ٤٣٨ و٤٥٢ و٤٥٨، قال الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ٩٢ رواه الإمام أحمد مطولاً ومختصراً بإسنادين يقوى أحدهما الآخر وأشار المنذري ٤/ ٢٩ إلى تقويته، ورواه الحميدي أيضاً في «مسنده» ٢/ ٦١ وله شاهد من حديث أسماء بنت عميس عند الطبراني في «الصغير» و«الكبير» و«تاريخ أصبهان» لأبي الشيخ (٢٨٢ ـ ٢٨٣) وابن أبي الدنيا في «الصمت» ٢/ ٢٦. والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٥٠.

وعن عطاء بن أبي رباح قال: رأيت جابر بن عبد اللّه، وجابر بن عمير الأنصاريين يرميان، قال: فأما أحدهما فجلس، فقال له صاحبه: إكسِلت؟ قال: نعم، فقال أحدهما للآخر: أما سمعت رسول الله ﷺ يقول: «كل شيء ليس من ذكر الله فهو لعب، لا يكون أربعة ـ وفي رواية: «إلّا أربع» ـ: ـ ملاعبةُ الرجل امرأته، وتأديب الرجل فرسه، ومشي الرجل بين الغرضين، وتعلّمُ الرجل السباحة»[1].

وعن عائشة قالت: قال رسول الله ﷺ: «أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً، وألطفهم بأهله»[2].

---

(١) أخرجه بألفاظ متقاربة: النسائي في «عشرة النساء» (٠٥٢) و(٥٣) و(٥٤)، والطبراني في «الكبير» ١/ ٨٩، وأبو نعيم في «أحاديث أبي القاسم الأصم» (١٧ ـ ١٨) بإسناد صحيح كما قال الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص (٢٧٨) وقال: وقواه المنذري والهيثمي، وشرحت القول فيه في «سلسلة الأحاديث الصحيحة» رقم (٣٠٩).

(٢) أخرجه أبو داود (٤٦٨٢)، وأحمد (٢/ ٢٥٠ و٤٧٢ و٥٢٧)، والدارمي ٢/ ٣٢٣، والحاكم ١/ ٣، والطبراني في «الأوسط» ١/ ٢١٨، والهيثمي في «موارد الظمآن» (١٣١١) و(٠١٩٢٦)، وفي «المجمع» ٤/ ٣٠٣ و٨/ ٢١ و٢٢، والحافظ في «المطالب العالية» (٢٥٤١)، وأبو نعيم في «الحلية» ٩/ ٢٤٨، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٢/ ١٣٠، وابن السني (٦٤) والآجري في «الشريعة» (١١٥)..

وذكره الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ٢٧١ بلفظ: «أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً، وخيارهم خيارهم لنسائهم» أخرجه الترمذي ٢/ ٢٠٤ وأحمد ٢/ ٢٥٠ و٤٧٢، وأبو الحسن الطوسي في «مختصره» ١/ ٢١٨ وحسنه وقال الترمذي: حديث حسن صحيح. قال الشيخ: وهو حسن الإسناد عن أبي هريرة، وشطره الأول صحيح جاء من طرق صحيحة عنه ﷺ وقد خرجته في «سلسلة الأحاديث الصحيحة» (٢٨٤).

يستحب أن يبدأ باسم الله تعالى ويقرأ قل هو الله أحد أولاً ويكبر ويهلل يوقول: بسم الله العلي العظيم، اللهم إجعلها ذرية طيبة إن كنت قدرت أن تخرج ذلك من صلبي.

وينبغي أن يقول حين يأتي أهله كما علمنا رسول الله ﷺ:

«بسم الله، اللهم جنبنا الشيطان، وجنب الشيطان ما رزقتنا».

قال ﷺ:

«فإن قضى الله بينهما ولداً، لم يضره الشيطان أبداً»[1].

كيف يأتيها؟

يجوز له أن يأتيها في قُبُلها من أي جهة شاء من خلفها أو من أمامها، لقول الله تبارك وتعالى: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ [البقرة: الآية ٢٢٣] أي: كيف شئتم، مقبلة ومدبرة، وفي ذلك أحاديث منها:

عن جابر قال: «كانت اليهود تقول: إذا أتى الرجل امرأته من دبرها في قبلها كان الولد أحول! فنزلت: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ﴾ [البقرة: الآية ٢٢٣] فقال رسول الله ﷺ: «مقبلة ومدبرة إذا كان ذلك في الفرج»[2].

وعن ابن عباس قال: كان هذا الحي من الأنصار، وهم أهل وثن، مع هذا الحي من يهود، وهم أهل كتاب، وكانوا يرون لهم فضلاً عليهم في العلم، فكانوا يقتدون بكثير من فعلهم، وكان من أمر أهل الكتاب أن لا يأتوا النساء إلّا على حرف ـ أي على جانب ـ وذلك أستر ما تكون المرأة، فكان هذا الحي من الأنصار قد أخذوا بذلك من فعلهم، وكان هذا الحي من قريش يشرحون النساء شرحاً منكراً، ويتلذذون منهم مقبلات ومدبرات ومستلقيات، فلما قدم المهاجرون المدينة، تزوج رجل منهم امرأة من الأنصار، فذهب

(١) أخرجه البخاري (١٤١) و(٣٢٧١) و(٣٢٨٣) و(٥١٦٥) و(٦٣٨٨) و(٧٣٩٦)، ومسلم(١١٦)، وأبو داود (٢١٦١) والترمذي (١٠٩٢) والنسائي في «عمل اليوم والليلة» (٢٦٦) و(٢٦٧) و(٢٦٨) و(٢٦٩) و(٢٧٠)، وابن ماجه (١٩١٩).

(٢) أخرج البخاري ٨/١٥٤، ومسلم ٤/١٥٦ وغيرهما.

يصنعُ بها ذلك، فأنكرته عليه، وقالت: إنما كنا نُؤتى على حرف، فاصنع ذلك وإلّا فاجتنبني، حتى شَرِيَ أمرها ـ أي عظم وتفاقم ـ فبلغ ذلك رسول الله ﷺ، فأنزل الله: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ [البَقَرَة: الآية ٢٢٣] أي: مقبلات، ومدبرات، ومستلقيات، يعني بذلك موضع الولد»[1].

وليقدم التلطف بالكلام والتقبيل، فعن أنس: لا يقعن أحدكم على امرأته كما تقع البهيمة، وليكن بينهما رسول. قيل: وما الرسول: قال: القبلة والكلام.

وقال: ثلاث من العجز في الرجل: أن يلقى من يحب معرفته فيفارقه قبل أن يعلم اسمه ونسبه، والثاني: أن يكرمه أحد فيرد عليه كرامته، والثالث: أن يقارب الرجل جاريته أو زوجته فيصيبها قبل أن يحدثها ويؤانسها، ويضاجعها فيقضي حاجته منها قبل أن تقضي حاجتها منه...

ثم إذا قضى وطره فليتمهل على أهله حتى تقضي هي أيضاً نهمتها، فإن إنزالها ربما يتأخر فيهيج شهوتها، ثم القعود عنها إيذاء لها، والاختلاف في طبع الإنزال ربما يوجب التنافر مهما كان الزوج سابقاً إلى الإنزال، والتوافق في وقت الإنزال ألذ عندها ليشتغل الرجل بنفسه عنها، فإنها ربما تستحي..

ولا يأتيها في المحيض، ولا بعد انقضائه وقبل الغسل، فهو محرم بنص الكتاب وقيل: إنَّ ذلك يورث الجذام في الولد، وله أن يستمتع بجميع بدن الحائض ولا يأتيها في غير المأتى.. وله أن يستمني بيديها، وأن يستمتع بما تحت الإزار بما يشتهي سوى الوقاع، وينبغي أن تتزر المرأة بإزار من حقوها إلى فوق الركبة في حال الحيض، فهذا من الأدب، وله أن يؤاكل الحائض، ويخالطها في المضاجعة وغيرها، وليس عليه اجتنابها. وإن أراد أن يجامع ثانياً بعد أخرى فليغسل فرجه أولاً، فإن أراد النوم أو الأكل فليتوضأ أولاً وضوء الصلاة فذلك سنة، قال ابن عمر: قلت للنبي ﷺ: «أينام أحدنا وهو جنب؟ قال: «نعم إذا توضأ»[2].

ومن الآداب أن لا يعزل، بل لا يسرح إلّا إلى محل الحرث وهو الرحم، قال عليه الصلاة والسلام: «ما من نسمة قدر الله كونها إلّا وهي كائنة»[3].

فإن عزل فقد اختلف العلماء في إباحته وكراهته على أربعة مذاهب: فمن مبيح مطلقاً

---

(١) انظر الحديث السابق.

(٢) أخرجه مسلم (٢٣) والترمذي (١٢٠)، والنسائي في «عشرة النساء» (١٧٢).

(٣) أخرجه البخاري(٢٢٢٩) و(٢٥٤٢) و(٤١٣٨) و(٥٢١٠) و(٦٦٠٣) و(٧٤٠٩)، ومسلم (النكاح) باب =

بكل حال، ومن محرك بكل حال، ومن قائل يحل برضاها ولا يحل دون رضاها، وكأن هذا القائل يحرم الإيذاء دون العزل، ومن قائل يباح في المملوكة دون الحرة.. قلت: وليس هنا محل تفصيل ذلك..

ولا يفوتنا هنا أن نبين أن للجماع هيئات كثيرة جداً يكتسبها الزوجان بالتجربة والممارسة. وهنا نصيحة للعريس بأن لا يتعجل في فض البكارة لا سيما إن كانت زوجته ذات خفاض فرعوني ـ كما سنبينه ـ لأنَّ نتائج العجلة في هذا الأمر غير حميدة، بل يتأنى ويتدرج في الأمر، ولو على عدة مرات إن دعا الأمر، وليخبر زوجته من أول لقاء ويعلمها بأنه غير عجول في هذا الأمر وذلك مما يكسبها محبة في زوجها واطمئنان نحوه..

فض البكارة بالأصبع:

ومن منكرات العرس ما يحدث في بعض البلاد من أن يقوم «العريس» في أول ليلة «ليلة الزفاف» من إدخال أصبعه في فرجها لفض البكارة بأصبعه وهو فعل «حرام».

ويكون على «العريس» في هذه الحالة شرعاً «أرش جناية» أي «حكومة» يدفعها «للعروس».

ومعنى ذلك أن نقدر أمة سالمة وأمة معيبة ثم ينسب بنسبة النقص إلى «الدية» وتعطى المرأة في نظير ما فعله «العريس».

فاتقوا الله أيها المسلمون والتزموا بما جاءكم من شرع الله مع زوجاتكم وبناتكم.

إشهار دم البكارة:

ومن منكرات العرس ما يحدث في بعض البلاد من وضع قطرات من دم البكارة في قطعة قماش بيضاء مثلاً، ثم حمل هذه القطعة والطواف بها على الناس أو على أهل القرية، وهو أمر حرام ومنكر لما فيه من هتك العروض. نسأل الله السلامة والعافية.

الإنكار على الفتاة ثيوبتها:

في بعض الأحيان قد يدخل الزوج بزوجته أي «عروسه» العذراء وهي التي لم تزل

= حكم العزل (رقم ١٢٥ و١٢٦ و١٢٧) وأبو داود (٢١٧٢)، وابن أبي شيبة ٤/ ٢٢٢، وابن حبان في «الإحسان» ٦/ ١٩٨ رقم (٤١٨١)، وابن منده في «التوحيد» ١/ ٢٤٠ و٢٤٣، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٢٩، والبغوي في «شرح السنة» ٩/ ١٠ ـ ١٠٣ رقم (٢٢٩٥)، والنسائي في «عشرة النساء» (٢٠٢) و(٢٠٣) وغيرهم.

بكارتها فيجدها ثيباً أي لا بكارة فيها، فهل معنى ذلك أنها كانت تتعامل بالزنا وفعل القبيح؟

الإجابة على ذلك هي: لا.

فلا يصح لهذا «العريس» أن يتهم زوجته بالزنا، إذ إن غشاء البكاءة رقيق، وقد يحدث أن تقفز الفتاة في صغرها مثلاً في اللعب أو غيره فتزول بكارتها، وبعض النساء بنزول دم الحيض تزول بكارتهن وتصير الفتاة ثيباً. ومن درس علم الطب أو له صلة بالأطباء وأهل الاختصاص، يعرف أموراً عجيبة؛ ففي بعض الأحيان قد تحمل العروس من زوجها، وبإجراء الكشف الدقيق عليها تجد الطبيبة غشاء البكاءة موجوداً مع وجود الحمل.

ألا فليعقل كل عريس دخل بزوجته إلى ما ذكرته، والله يرزقنا العلم والعمل به.

وإليك قصة عن غشاء البكارة تحكيها لنا إحدى المظلومات في رسالة وجّهتها إلى أحد البرامج الإذاعية قالت فيها:

تم القران، ثم الزفاف، وكانت ليلة سوداء.. ذلك أنه في بدء المعاشرة الزوجية ارتفع صوته يتهمني بأنني لست عذراء!

يصعب وصف وقع هذه الكارثة وأنا أسمع اتهامه المليء بالافتراء، فأنا متأكدة من نفسي، وإذا غششت الدنيا كلها فلن أغش نفسي، هكذا تركته يصرخ وينهار وأنا ألوذ بأعصاب هادئة باردة مطمئنة إلى نقاء ضميري وبياض صفحتي، ثم جاء وقت طلبت منه في هدوء أن يكف عن تجريحي.. فتحداني أن يصحبني إلى أهلي على الفور ليواجهني أمامهم بفضيحتي، وعلى الفور قبلت بضمير مستقر ومطمئن.

وإذا بي بمجرد قبولي يتراجع ويهدئ عن روعي! ويحاول أن يطمئنني ويتلمس الأعذار لي، بل إنه وعدني بالعفو إذا بحت له بالحقيقة عن خطأ وقعت فيه في الماضي!! ورفضت كل محاولاته في ازدراء وقلت له: إنني واثقة أنني لم أفرط في شرفي ولم أزل. بل إنني كطالبة في كلية التربية لم أقم بمجهود عنيف يبرر فقداني لعذريتي.

وقلت له متحدية إنني عذراء وإني طول عمري أخاف الله وأتقيه في شرفي.. ومن هنا حاول مرة أخرى أن يعاشرني جنسياً... ووصل في المعاشرة إلى آخر المدى. ولكن لم ينزل. في الصباح طلب مني أن نذهب إلى منزلنا ليسلمني إلى أبي وأمي فارتديت ملابسي. فإذا به يحذرني من «فضيحة» سأتسبب فيها باستهتاري، ولكني أصررت على الذهاب فإذا به يتراجع ويبدأ يعد طعام الإفطار!

بعد قليل جاء أهلي بزيارة «الصبحية»، فإذا به يواجههم بظنونه وشكوكه. وأصر أبي

على طلب طبيب ليقول كلمته الفصل. كان أبي ثائراً وغاضباً.. فأخذ زوجي يهدئه ويقول له إننا قطعاً سنذهب إلى طبيب ولكن بعد أن تهدأ أعصاب الجميع...

فلما جاء المساء وعاد أبي مصراً على الذهاب إلى الطبيب أو أخذي معه إلى بلدتنا الأصلية... قابله زوجي بحفاوة واعتذر وأكد أن أعصابه - زي أعصاب زوجي - هي المجهدة، واستمهله إلى الغد...

في الليل جادلني زوجي جدالاً طويلاً تأرجح فيه بين العصبية الشديدة وبين التراجع الكامل. وأخيراً طلب الدليل على حسن نيتي أن أوقع له إقراراً بأنني استلمت من زوجي مبلغ ستة آلاف جنيه مقابل قائمة جهازي ومؤخر صداقي وليس لي الحق في مطالبته بأي شيء إذا حدث وتطلقنا. ووقعت على الإيصال الذي طلبه تحت تأثير القرف والخوف من فضيحة أهلي حتى لو ظهرت براءتي من الطبيب. ولما جاء أهلي في الصباح قال لهم إننا «اصطلحنا»... وبعد ذهاب أهلي إلى حال سبيلهم ألححت على زوجي أن نذهب إلى طبيب أمراض نساء. فاختار بنفسه طبيبة أخصائية وذهب بي إليها وكشفت علي فأكدت له ولي أنني ما زلت عذراء على الرغم من تأكيدنا لها أنه عاشرني معاشرة كاملة إلى آخر المدى... عادت الدكتورة تؤكد أنني عذراء وتنفست الصعداء وشكرت الله كثيراً ولكنه عاد يقول لي: إنه ربما فقدت غشاء بكارتي أثناء الألعاب العنيفة في كلية التربية الرياضية. فسألته عما قررته الدكتورة... فقال لي: إنتي عايزاني أصدق الدكتورة ولا أصدق نفسي.. هل معقول أنك بكر وأنا عاشرتك إلى آخر المدى؟

وصمم على أخذي إلى طبيب آخر!

المدهش أن الطبيب الآخر - وهو أيضاً أخصائي - قال: أسف إنتي لست عذراء..!.. فذهبت بنفسي إلى طبيب قال: إنتي عذراء تماماً وأن الغشاء موجود وأنه يلزم لفضه إجراء عملية جراحية... ورفض زوجي إجراء هذه العملية. وظللت أسبوعين ونحن على هذه الحال: يلاطفني حتى يعاشرني... ثم يتهجم علي ويتهمني بشر التهم. فأعرب عن رغبتي في العودة إلى أهلي... فيتمسك بي ويقول إنه يحبني!

هل نسيت أن أذكر لك أنه كان مدرساً بالخارج؟ نعم، نسيت.

جاء موعد سفره بعد أسبوعين من الزفاف.. سافر على أن ألحق به بعد ظهور نتيجة امتحاني...

وبدأت تصلني خطاباته مليئة باتهامات توحي بأنني كنت أعلم قبل الزواج بأنني لست عذراء... بل إنه اتهم أهلي بأنهم كانوا يعلمون.. ثم تتالت خطاباته تصف أمراضه بسبب حزنه لأنه خدع في زوجته.. ثم أرسل يهددني بإقرار الذي وقعته باستلامي مقدماً قيمته

قائمة منقولاتي ومؤخر الصداق. وذكر أيضاً لي أنه سجل عدة شرائط لي دون أن أدري، وفوجئت أيضاً بأنه سبني في شرفي لإحدى.صديقاتي، وأنه كرر نفس الادعاءات عند إحدى قريباتي..

وبدأت خطاباته تزداد سوءاً وتحمل عبارات مثل «كيف أتحمل خطيئة غيري» ومثل: «كيف يفعلها غيري وأتولى أنا القيام بدور الديوث».. ثم طالبني بأن ألزم أهلي بدفع ثمن تذكرة السفر إليه قائلاً: إنه تحمل في تأثيث البيت آلاف الجنيهات وطلب مني أن أسلم مفتاح الشقة لأخيه، بعد كل هذا كانت المفاجأة أنني حامل.

حامل.. وما زلت بكراً.. حامل وغشاء البكارة ما زال موجوداً كما أكد لي أستاذ بطب المنصورة. وقال إنها حالة شاذة «يادوب واحد في المليون».

أنا الآن عند أهلي.. تركت شقتي وأعيش بينهم وبطني تكبر أسبوعاً بعد أسبوع.

هل هناك أمل في مثل هذه الحياة الزوجية؟

أنا حائرة. فخبرني بالله عليك.. ماذا تفعل لو كنت مكاني.!

أجاب الدكتور **محمد سليم** ـ دكتوراه في أمراض النساء والولادة ـ[1]:

مشكلة غشاء البكارة الذي لا ينزف دماً عند الزفاف من المشاكل المعتادة التي تتكرر كثيراً.. وليس واحد من المليون كما قيل في الرسالة من بعض الأطباء ويحدث ذلك في الحالات التي يتصادف فيها أن يكون نوع الغشاء من النوع الذي لا يتمزق مع الجماع، وإنما يسمح بالعلاقة الجنسية أن تتم دون أن يتمزق، وهو ما يسمى بالغشاء المطاطي، أي أن تكوينه يسمح له بالتمدد مع العضو الذكري للرجل وتتسع فتحته دون أن تتمزق.. وتعود الفتحة لاتساعها العادي قبل الجماع ودون أن يحدث لها تمزق.

وغشاء البكارة له أشكال عدة من ناحية شكل الفتحة التي تسمح بخروج دم الدورة الشهرية من الرحم، ثم المهبل إلى الخارج عن طريق فتحة غشاء البكارة.. حيث منها: المستديري والهلالي والغربالي والفتحة المزدوجة.

أما من ناحية صلابته فله عدة أنواع، منها النوع الضعيف الذي يصاب بسهولة وسهل التمزق أثناء الزفاف حتى بلا ألم.. وربما لا ينتج عن تمزقه أي دماء.. لأن الأوعية الدموية التي تغذيه تكون عادة قليلة ومتباعدة.. وكثيراً ما يحدث التمزق في المسافة بين وعاءين ولا يحدث نزول دم مع الجماع. ويحتمل أن يكون هذا النوع عند صاحبة الرسالة.

وهناك النوع القوي الذي لا يسمح بفضه بالطريقة العادية وحتى محاولات الجماع

---

(١) «طبيبك الخاص» العدد ١٩٤ ص ٥٥.

المتكررة.. حيث تكون فتحته عادية ولكن نسيجه لا يتمدد. وفي هذه الحالة يستحيل فضه بدون عملية جراحية بمعرفة الطبيب ويستخدم فيها التخدير الكلي.

وهناك النوع المطاطي وهو غالباً عند صاحبة الرسالة.. وهذا النوع تبعاً لتركيب أنسجته التي تقل فيها الألياف وتكثر الأنسجة التي تساعد على التمدد. وهذا النوع كما ـ أوضحنا ـ يسمح بإتمام العلاقة الجنسية كاملة دون مقاومة للعضو الذكر حيث تتمدد أنسجة الغشاء الرخوة عند مرور العضو الذكري في فتحة الغشاء... ولا يحدث من ذلك أي تمزق.. وبعد الجماع يعود وضع الغشاء كما كان.

وعلى أي حال فإن الكشف الطبي عند أخصائي في أمراض النساء والولادة فيه الإجابة الكافية وإيضاح الحقيقة.

رأي الأستاذ محمد عبد الله الذكر ـ المحامي[1] ـ:

لا يوجد أي حل من الناحية القانونية على ضوء تطور أحداث هذه المأساة إلا أن تقيم دعوة طلاق للضرر طبقاً للمادة ٦ من القانون ٢٥ ـ السنة ١٩٢٩ ـ التي تقضي بأنه إذا ادعت الزوجة بإضرار الزوج بها بما لا يستطاع معه دوام العشرة بين أمثالها يجوز لها أن تطلب من القاضي التطليق للضرر. وحينئذ يطلقها إذا ثبت الضرر وعجز القاضي عن الإصلاح بينهما.

وأنا أرى في الخطاب الذي يتضمن هذه المأساة أن الضرر واقع من الزوج على زوجته. وآية ذلك الخطاب الموجه إليها والذي يتهمها فيه في شرفها وعفتها.. كما أنه شهر بها عند أقاربها وغيرهم.. وفي هذه الحالة للمحكمة أن تأخذ بهذه الخطابات كدليل لها في التطليق، كذلك أن تحيل هذه الدعوة للتحقيق لإثبات هذه الأضرار التي سببها لها بشهادة الشهود.

أما فيما يختص بما ذكرته هذه السيدة المسكينة للإقرار الذي أجبرها زوجها على التوقيع عليه والخاص بتنازلها عن مؤخر الصداق.. فإنه لا يعتد به طبقاً للقانون والفقه.. لأنه سابق على موعد استحقاق الحق. كذلك استقرت آراء وأحكام المحاكم.

(١) المصدر السابق ص ٥٦.

وكثيراً ما يكون الجاني في مآسي الزواج هو الجهل: جهل الزوج المنكود، وجهل الزوجة التعيسة.

الجهل هنا هو الجهل بالثقافة الجنسية المبسطة قبل الزواج.. ومن العجيب أنه في الوقت الذي تعلمنا فيه أن لا حياء في الدين وبالتالي لا حياء في العلم... وأنه في الوقت الذي تحدث فيه الرسول الكريم عن قضايا المعاشرة الجنسية ببساطة ورصانة وصراحة لدرجة أنه نصح بالمداعبة قبل الجماع..

ففي الحديث: «إذا جامع أحدكم امرأته فلا يتنحى حتى تقضي حاجتها كما يحب أن يقضي حاجته»[1].

من العجيب أن مبرمجي برامجنا التعليمية حرصوا ـ حتى الآن ـ على تفادي تعليم أطفالنا أو حتى شبابنا في مراحل التعليم الثانوي أية معلومات عن أسرار طبيعتنا الإنسانية الجسدية والتشريحية...

والمجلات الطبية المحترمة تغطي هذه الثغرة الفاضحة في معلومات الشباب ولو أنك كنت أنت أو زوجك تقرآن إحدى المجلات المتخصِّصة لوجدتما فيها الإجابة التي كان يمكن أن تنقذكما من الخراب..[2]

---

(١) انظر: «كنز العمال» (٩/ ٤٤٨٤)، والسيوطي في «الدر المنثور» / ٢٧٦ وابن عدي ٦/ ٢١٦٠.

(٢) «طبيبك الخاص» العدد السابق.

١ ـ وضع اليد على رأس الزوجة والدعاء لها.. لقوله ﷺ:

«إذا تزوج أحدكم امرأة، أو اشترى خادماً، فليأخذ بناصيتها ـ وهو منبت الشعر في مقدمة الرأس ـ وليسم الله ، وليدع بالبركة، وليقل: اللهم إني أسألك من خيرها وخير ما جبلتها عليه، وأعوذ بك من شرها ومن شر ما جبلتها عليه»(١).

٢ ـ صلاة الزوجين معاً، لحديث أبي سعيد مولى أبي أسيد قال: تزوجت وأنا مملوك فدعوت نفراً من أصحاب النبي ﷺ فيهم ابن مسعود وأبو ذر وحذيفة، قال: وأقيمت الصلاة، قال: فذهب أبو ذر ليتقدم، فقالوا: إليك! قال: أوَكذلك؟ قالوا: نعم، قال: فتقدمت بهم وأنا عبد مملوك وعلموني، فقالوا: إذا دخل عليك، أهلك فصل ركعتين، ثم سل الله من خير ما دخل عليك وتعوذ به من شره، ثم شأنك وشأن أهلك(٢).

ولحديث شقيق قال: جاء رجل يقال له أبو حريز فقال: إني تزوجت جارية شابة بكراً، وإني أخاف أن تفركني ـ أي تبغضني ـ فقال عبد اللّه بن مسعود: إن الإلف من الله، والفرك من الشيطان، يريد أن يكرِّه إليكم ما أحل الله لكم، فإذا أتتك فأمرها أن تصلي وراءك ركعتين..

زاد في رواية أخرى عن ابن مسعود: وقل اللهم بارك لي في أهلي وبارك لهم فيَّ. اللهم اجمع بيننا ما جمعت بخير وفرق بيننا إذا فرقت إلى خير(٣).

---

(١) أخرجه البخاري في «أفعال العباد» ص ٧٧، وأبو داود (٢١٦٠)، وابن ماجه ١/ ٥٩٢، والحاكم ٢/ ١٨٥، والبيهقي ٧/١٤٨، والبغوي في «شرح السنة» ٥/١١٧، وابن عدي ٥/ ١٩٠٠، والشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ٩٢ وقال: رواه أبو يعلى في «مسنده» ق ٣٠٨/ ٢ بإسناد حسن، والحاكم وصححه ووافقه الذهبي، وقال الحافظ العراقي في «تخريج الإحياء» ١/ ٢٩٨ إسناده جيد، وأشار لصحته عبد الحق الإشبيلي في «الأحكام الكبرى» ٢/٤٢ بسكوته عليه كما نص في المقدمة وكذا ابن دقيق العيد في «الإلمام» ٢/١٢٧.

(٢) أخرجه ابن أبي شيبة ٧/ ٥٠ و١٢/ ٤٣، وعبد الرزاق ٦/ ١٩١ ـ ١٩٢ قال الشيخ في الألباني في «آداب الزفاف» وسنده صحيح إلى أبي سعيد.

(٣) أخرجه ابن أبي شيبة ٧/ ٥٠ و١٢/ ٤٣، وعبد الرزاق ٦/ ١٩١/ ١٠٤٦٠ و١٠٤٦١ وسنده صحيح، وأخرجه الطبراني ٣/ ٢١ بسندين صحيحين كذا قال الشيخ في «آداب الزفاف» وذكر شواهد للحديث.

٣ ـ يستحب له صبيحة بنائه بأهله أن يأتي أقاربه الذين أتوه في داره ويسلم عليهم ويدعو لهم لحديث أنس قال:

«أولم رسول الله ﷺ إذ بنى بزينب فأشبع المسلمين خبزاً ولحماً، ثم خرج إلى أمهات المؤمنين فسلم عليهن ودعا لهن وسلمن عليه ودعون له، فكان يفعل ذلك صبيحة بنائه»[١].

٤ ـ وجوب اتخاذ الوليمة، والسنة في ذلك وجوازها من غير لحم:

ولا بد من عمل وليمة بعد الدخول لأمر النبي ﷺ عبد الرحمن بن عوف بعمل ذلك.. وينبغي أن يلاحظ فيها أمور: أن تكون ثلاثة أيام عقب الدخول لأنه هو المنقول عن النبي ﷺ، وأن يدعو الصالحين إليها، فقراء كانوا أو أغنياء، وأن يولم بشاة أو أكثر إن وجد سعة، ويجوز أن تؤدَّى الوليمة بأي طعام تيسر ولو لم يكن فيه لحم لحديث أنس قال: «أقام النبي ﷺ بين خيبر والمدينة ثلاث ليال يبني عليه بصفية فدعوت المسلمين إلى وليمته وما كان فيها من خبز ولا لحم وما كان فيها إلَّا أن أمر بالأنطاع فبسطت فألقى عليها التمر والأقط والسمن فشبع الناس»[٢].

---

(١) ذكره الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ١٣٨ ـ ١٣٩ وقال: رواه ابن سعد ٨/١٠٧ والنسائي في «الوليمة» ٢/٦٦ بسند صحيح.

(٢) أخرجه البخاري ٧/٣٧٨ ومسلم ٤/٢٤٧، والنسائي ٢/٦٣ والبيهقي ٧/٢٥٩ وأحمد ٣/٢٥٩ و٢٦٤.

إظهار محاسن المرأة لزوجها والاهتمام بمظهرها

اعلمي أيتها الأخت المسلمة أن على الزوجة أن توفر لزوجها كل أسباب الراحة والاطمئنان والسكن والمودة والرحمة، وعلى الزوج أن يجد ويعمل ليوفر لها متطلبات الحياة وواجباتها ولوازمها.

لذلك فالرجل يشقى ويكدح ثم تنتهي حركته في الحياة إلى زوجته، فيجب أن يجد عندها الهدوء والسكن والاستقرار، فلا يخفى على أحد أن أول ما يجعل الرجل يتعلق بالمرأة هو صورتها الحلوة التي رآها عليها أول مرة.

ولكن سرعان ما تنسى غالبية الزوجات هذه الحقيقة بعد الزواج فيهملن في أنفسهن شيئاً فشيئاً حتى تصبح على عكس صورتها الحلوة التي رآها زوجها عليها أول مرة، ولا تزال مصرة على هذا الإهمال الذي يظهر بعدما تُرزق بعدد من الأولاد، فها هي قد كبلت الرجل، وبهذا تأكدت أن زوجها لن يستطيع الفرار. وهذه الأمور يترتب عليها انهيار الصورة التي رسمها الرجل عن المرأة ساعة زواجه بها، ومن المؤكد أن انهيار هذه الصورة الحلوة يؤدي إلى تصدع البيت، فنجد زوجة جميلة يهملها زوجها ويتطلع إلى غيرها، وفساد أغلب البيوت من هذه المسألة.

فعلى المرأة أن تتزين وتتعطر وتحسّن من هندامها في بيتها ولزوجها فقط، فكم من النساء قليلات الجمال تتملك الواحدة منهن قلب زوجها وعواطفه بحفاظها وحرصها على نظافتها، وبهاء زينتها وملبسها، وحلو كلامها.

فاعلمي أن الزينة أدعى لشهوة الرجل وأملأ لعينه وأظهر لمحاسن المرأة، وأدوم للإلفة والمودة.

قال أبو الفرج في كتاب النساء ما معناه:

إن المرأة تحظى عند زوجها بعد تمام خلقها وكمال حسنها بأن تكون مواظبة على الزينة والنظافة، عاملة بما يزيد في حسنها من أنواع الحلي واختلاف الملبس، ووجوه التزين بما يوافق الرجل ويتسحسنه منها في ذلك، لتحذر كل الحذر أن يقع بصر الرجل على شيء يكرهه من وسخ أو رائحة مستكرهة أو تغير مستنكر.

وإن الخطر في تضييعه عائد عليها خشية أن يتبين لبعلها التقصير منها فتطمح نفسه إلى

غيرها، وتضاعف الزوجة من تزينها في الأوقات التي ذكرها الله تعالى في قرآنه الكريم والتي نهى الأرقاء والأطفال من الدخول على الزوجين أثناءها إلا بإذن، ويقول الله تعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ كُتِبَ عَلَيْكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ﴾ [البقرة: الآية ١٨٣].

ومهما يكن من شأن الزينة فيجب على المرأة المسلمة أن لا تبالغ فيها ولا تجعلها أكبر همها ومبلغ علمها، وأعظم مشاغلها، وإلا برهنت على خفتها وجهلها وضآلة تفكيرها.

فالبساطة والاعتدال فيهما الجمال كل الجمال، وعلى أي حال فإن المرأة المسلمة بمنجاة من المبالغة في الزينة بشكل منفر.

واعلمي أيتها الأخت الملسمة أن الإسلام حين يطلب من المرأة أن لا تتبذل ولا تتبرج، ألا تبدي زينتها إلا في حدود تعاليم الدين، فالإسلام عندئذ يريد تكريم المرأة، وأن يضعها في موضعها الطبيعي زوجاً تمثل السكن والحضانة لأشرف جنس في الوجود، مثلما أمر الرجل بغضّ البصر وحفظ الفرج. فاحرصي أيتها الأخت في الحفاظ على زوجك وبيتك وسعادتك.

يقول الدكتور عبد المتعال الجبيري[1]: ومن الأسف أن نرى كثيرات من السيدات يهملن الزينة والتجمل منذ اليوم الثاني من الزواج، وهذا تقصير فاحش، ربما كانت الزوجة لا تشعر به، لاعتقادها ارتفاع الكلمة بينهما، ولكن لهذا تأثير سيّئ في نفس زوجها ولا سيما إذا أنس منها التجمل والزينة قبيل خروجها لزيارة قريباتها.

والحقيقة أن التجميل لا يكون إلا للزوج تطيباً لخاطره، وهو واجب عليها وحق له لا يسقط وإن مضى الشطر الأعظم من الحياة.

وليس القصد من حض المرأة على التجميل لبعلها أن تضيع وقتها الثمين أمام المرآة معجبة بجمال صورتها أو بطول شعرها أو باعتدال قوامها، فإن الإعجاب بالنفس دليل على ضعف العقل.

وإنما القصد حثها على النظافة والترتيب وهو يتناول تسوية الشعر وتنسيق الملابس على وجه خال من آثار التصنيع والتكلف.

---

(١) «طبيبك الخاص».

وما أرقى خلال المرأة إذا أحست بحضور زوجها فهبت للقائه بأبهى مظاهرها من نظافة ثياب وطلاقة وجه، وبسمة ثغر.

لأنه ما من امرأة قابلت زوجها على هذا الوجه إلا حازت في قلبه المكانة العالية والمنزلة السامية.

يجب على المرأة أن تتجمل لبعلها وذلك بتنظيف البدن وما يحيط به من ثياب. ولا شك أن المرأة التي تهمل نظافة نفسها تعمل على إبعاد زوجها بيدها فقد يرتمي في أحضان أخرى نظيفة، فعليها أن تستحم قبل حضور زوجها من أشغاله، ثم تلبس ملابسها الفاخرة كما لو كانت في انتظار عظيم عزيز.

قال البرقوقي: جمال المرأة وتجملها مدرجة ميل الرجل وافتتانه بها، وقوام الزينة النظافة، ولتحذر المرأة كل الحذر أن يقع بصر الرجل منها ـ أعني زوجها ـ على شيء يشمئز منه وينفر من وسخ أو شعث أو رائحة مستكرهة أو شيء من هذا.

وقد أوصت امرأة ابنتها فقالت: يا بنيتي.. لا تنسي نظافة بدنك. فإن نظافة بدنك تحبب زوجك إليك، ونظافة بيتك تشرح صدرك وتصلح مزاجك وتنير وجهك وتجعلك جميلة ومحبوبة ومكرمة عند زوجك ومشكورة من أهلك ومن ذويك وأترابك وزائراتك وكل من يراك نظيفة الجسم والبيت تطيب نفسه ويسر خاطره.

وقد قال بعض الحكماء: العيش كله مقصور على الزوجة الهاشة والبارة الصالحة، والبلاء مُوكل بقرينة السوء التي لا تسكن النفس إلى معاشرتها ولا تقر العين برؤيتها.

وقد جاء في الحكم: المودة جسم روحه بشاشة الوجه.

وقالت عائشة : فليزين الرجل لعبته ما استطاع فإن ذلك أدعى لشهوته وأملأُ لعينه، وأظهر لمحاسن المرأة وأدوم للإلفة والمودة.

والمقصود باللعبة النساء لقول عائشة: إن النساء لُعب الرجال.

وقال أبو الريحان، في فصل من كتابه المسمى بالجماهير ما معناه أيضاً: إنه يجب على المرأة أن تتجمل لبعلها وتزيد في تحسين نفسها ما أمكن، وذلك بتنظيف البشرة وتنقية المنافذ والحجرة وتزيين الألواح في البدن وفيما أحاط به، أما في البدن فتبيض البشرة بالغُمرة ـ طلاء ـ وتورديها، وخاصة إذا كان فيه صفرة أصلية أو عارضة، وتسويك الأسنانك وتخليلها، وتنقية العين وتكحيلها، وتقليم الأظافر وتسويتها.

وأما فيما أحاط بالبدن فالثياب أول ذلك وأولاه لأنه يمس زوجها فواجب أن تنظفها وتصقلها، لئلا يسرع تعلق الأدران (أي الأوساخ) بها، وليكن ذلك على اللون العام المحمود وهو البياض، أو تلونها بحسب الوقت وعادة أهل الزمان.

وقال التيفاشي في قادمة الجناح: أجمع علماء الفرس وحكماء الهند العارفون بأحوال الباه (أي النكاح) على أن إثارة الشهوة واستكمال المتعة لا يكون إلا بالموافقة (التامة) من المرأة، وتصنعها لبعلها في وقت نشاطه، بما تتم به شهوته، وتكمل متعته من التودد، والتملق، والإقبال عليه والمثول بين يديه في الهيئات العجيبة والزينة المستطرفة التي تحرك ذوي الانكسار والفتور وتزيد ذوي النشاط نشاطاً.

وقال عبد الله بن جعفر في وصيته لابنته حين زفها إلى زوجها: عليك بالزينة واعلمي أن أزين الزينة الكحل، وأطيب الطيب الماء.

التحذير من هجر فراش الزوج

عن أبي هريرة قال: قال النبي ﷺ: «إذا باتت المرأة هاجرة فراش زوجها لعنتها الملائكة حتى تصبح»[1].

قوله: «باب إذا باتت المرأة مهاجرة فراش زوجها»:[2]

قال ابن هجر: أي بغير سبب لم يجز لها ذلك.

قوله: «إذا دعا الرجل امرأته إلى فراشه»:

قال ابن أبي حمزة: الظاهر أن الفراش كناية عن الجماع، ويقويه قوله: «الولد للفراش» أي لمن يطأ في الفراش، والكناية عن الأشياء التي يستحي منها كثيرة في القرآن والسنة قال: وظاهر الحديث اختصاص اللعن بما إذا وقع منها ذلك ليلاً لقوله: «حتى تصبح» وكأن السر تأكد ذلك الشأن في الليل وقوة الباعث عليه، ولا يلزم من ذلك أنه يجوز لها الامتناع في النهار وإنما خص الليل بالذكر لأنه المظنة لذلك.

وقد وقع في رواية يزيد بن كيسان عن أبي حازم عند مسلم بلفظ: «والذي نفسي بيده ما من رجل يدعو امرأته إلى فراشها فتأبى عليه إلا كان الذي في السماء ساخطاً عليها حتى يرضى عنها».

---

(١) أخرجه البخاري (٥١٩٣)، ومسلم (١٢٠) والطيالسي (٢٤٥٨) وأحمد ٢/ ٢٥٥ و٣٤٨ و٢٨٦ و٤٣٩ و٤٨٠ و٥١٩ و٥٣٨ والدارمي ٢/ ١٤٩ ـ ١٥٠ وابن حبان في «الإحسان» (٤١٦٢) والبيهقي في «السنن» ٧/ ٣٩٢ والخطيب في «تاريخه» ٦/ ٧٥ و٢٨٢ والنسائي في «عشرة النساء» (٨٤) والساعاتي في «منحة المعبود» (١٥٩٨) وغيرهم..

وقد روي بمعنى هذا الحديث أحاديث كثيرة منها حديث طلق بن علي قال: سمعت نبيّ الله ﷺ يقول: «إذا الرجل دعا زوجته لحاجته فلتأته وإن كانت على التنور» والتنور هو الذي يخبز فيه، أخرجه الترمذي (١١٦٠) وقال: هذا حديث حسن غريب، وابن أبي شيبة ٤/ ٣٠٦ ـ ٣٠٧، وابن حبان (٤١٥٣) والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٩٢، والنسائي في «عشرة النساء» (٨٥)، وذكره التبريزي في «المشكاة» (٣٢٥٧).

(٢) «فتح الباري» ٩/ ٢٩٤.

ولابن خزيمة، وابن حبان، من حديث جابر رفعه: «ثلاثة لا تقبل لهم صلاة ولا يصعد لهم إلى السماء حسنة: منها ـ والمرأة الساخط عليها زوجها حتى يرضى» فهذه الإطلاقات تتناول الليل والنهار.

وللطبراني من حديث ابن عمر رفعه: «اثنان لا تجاوز صلاتهما رأسيهما عبد آبق، وامرأة غضب عليها زوجها حتى ترجع»[1] وصححه الحاكم.

قال المهلب: هذا الحديث يوجب سخط الله، إلا أن يتغمدها بعفوه وفيه جواز لعن العاصي المسلم إذا كان على وجه الإرهاب لئلا يواقع الفعل فإذا واقعه فإنما يدعى له بالتوبة والهداية..

قلت: ليس هذا التقييد مستفاداً من هذا الحديث بل من أدلة أخرى وقد ارتضى بعض مشايخنا ما ذكره المهلب من الاستدلال بهذا الحديث على جواز لعن العاصي المعين وفيه نظر. والحق أن من منع اللعن أراد به معناه اللغوي وهو الإبعاد من الرحمة، وهذا لا يليق أن يدعى به على المسلم، بل يطلب له الهداية والتوبة والرجوع عن المعصية. والذي أجازه أراد به معناه العرفي وهو مطلق السب ولا يخفى أن محله إذا كان بحيث يرتدع العاصي به وينزجر.

وأما حديث الباب فليس فيه إلا أن الملائكة تفعل ذلك ولا يلزم منه جوازه على الإطلاق. وفيه أن الملائكة تدعو على أهل المعصية ما داموا فيها، وذلك يدل على أنهم يدعون لأهل الطاعة ما داموا فيها، كذا قال المهلب وفيه نظر أيضاً، قال ابن أبي حمزة: وهل الملائكة التي تلعنها هم الحفظة أو غيرهم؟ يحتمل الأمران.

وفيه الإرشاد إلى مساعدة الزوج وطلب مرضاته، وفيه أن صبر الرجل على ترك الجماع أضعف من صبر المرأة، قال: وفيه أن أقوى التشويشات على الرجل داعية للنكاح. ولذلك حض الشارع النساء على مساعدة الرجال، في ذلك، أو السبب فيه الحض على التناسل. قال: وفيه إشارة إلى ملازمة طاعة الله والصبر على عبادته جزاء على مراعاته لعبده حيث لم يترك شيئاً من حقوقه إلا جعل له من يقوم بها حتى جعل ملائكته تلعن من أغضب عبده بمنع شهوة من شهواته، فعلى العبد أن يوفي حقوق ربه التي طلبها منه وإلا فما أقبح الجفاء من الفقير المحتاج إلى الغني الكثير الإحسان قال تعالى: ﴿وَالَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ

(١) أخرجه الحاكم ٤/١٧٣، والطبراني في «الأوسط» ١/١٧٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/٣١٣، وذكره السيوطي في «الدر المنثور» ٢/١٥٤، والمنذري في «الترغيب» ٣/٢٩ و٥٩، والشيخ الألباني في «الصحيحة» (٢٨٨).

﴿فَعِظُوهُنَّ وَٱهْجُرُوهُنَّ فِي ٱلْمَضَاجِعِ وَٱضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا۟ عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا﴾ [النساء: الآية ٣٤] .

قال الذهبي[(١)]: قال الواحدي: النشوز ههنا معصية الزوج وهو الترفع عليه بالخلاف.

وقال عطاء: هو أن تتعطر له وتمنحه نفسها وتتغير عما كانت تفعله من الطواعية. فعظوهن بكتاب الله وذكروهن ما أمرهن الله به ﴿وَٱهْجُرُوهُنَّ فِي ٱلْمَضَاجِعِ﴾ [النساء: الآية ٣٤] قال ابن عباس: هو أن يوليها ظهره على الفراش ولا يكلمها.

وقال الشعبي ومجاهد: هو أن يهجر مضاجعها فلا يضاجعها ﴿وَٱضْرِبُوهُنَّ﴾ [النساء: الآية ٣٤] ضرباً غير مبرح، وقال ابن عباس.. أدباً مثل اللكزة، وللزوج أن يتلافى نشوز امرأته بما أذن الله له مما ذكره الله في هذه الآية ﴿فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ﴾ [النساء: الآية ٣٤] فيما يلتمس منهن ﴿فَلَا تَبْغُوا۟ عَلَيْهِنَّ﴾ [النساء: الآية ٣٤] .

قال ابن عباس: لا تتجنّوا عليهن العلل.

عن الحسن قال: حدثني من سمع النبي ﷺ يقول: «أول ما تسأل عنه المرأة يوم القيامة عن صلاتها وعن بعلها»[(٢)].

وأخرج البخاري ومسلم وغيره عن أبي هريرة أن رسول الله ﷺ قال: «لا يحل لامرأة تؤمن بالله واليوم الآخر أن تصوم وزوجها شاهد إلا بإذنه، ولا تؤذن في بيته إلا بإذنه»[(٣)] ومعنى شاهد: أي حاضر غير غائب.. وذلك في صوم التطوع فلا تصوم حتى تستأذنه لأجل وجوب حقه وطاعته.

وقال ﷺ: «لو كنت آمراً أحداً أن يسجد لأحد لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها»[(٤)].

---

(١) «الكبائر» ص ١٧٢.

(٢) ذكره الهندي في «الكنز» (٤٥٠٩٤).

(٣) ذكره المنذري في «الترغيب» ٢/ ١٣١ وقال: أخرجه البخاري ٤/ ٢٤٢ ـ ٢٤٣ ومسلم وغيرهما، وزاد: إلّا رمضان، وفي بعض روايات أبي داود: غير رمضان

وفي رواية الترمذي وابن ماجه: «لا تصم المرأة وزوجها شاهد يوماً من ـ غير شهر رمضان إلّا بإذنه» ورواه ابن خزيمة وابن حبان..

وأخرج هذه الرواية مسلم ٣/ ٩١، وأبو داود ١/ ٣٨٥ والنسائي في «الكبرى» ٢/ ٦٣ ولهما الزيادة وسنده صحيح على شرط الشيخين كما قال الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ٢٨٣.

(٤) أخرجه أبو داود (النكاح) ب ٤١، والترمذي (١١٥٩)، وأحمد ٤/ ٣٨١ و٦/ ٧٦، والحاكم ٢/ ١٨٧، وابن عدي ٤/ ١٣٩٣ و١٦٢٤، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٣١٠ و٣١١، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٩١ و٢٩٢، والطبراني في «الكبير» ٥/ ٢٣٧ و٧/ ١٥٢ و١٨/ ٢٦٤، وابن أبي شيبة ٤/ ٣٠٦، وابن كثير =

فالواجب على المرأة أن تطلب رضا زوجها وتجتنب سخطه ولا تمتنع منه. أرادها لقول النبي ﷺ: «إذا دعا الرجل امرأته إلى فراشه فلتأته وإن كانت على التنور»[1].

وإذا كانت المرأة مأمورة بطاعة زوجها وبطلب رضاه، فالزوج أيضاً مأمور بالإحسان إليها واللطف بها، والصبر على ما يبدو منها من سوء خلق وغيرة، وإيصالها حقها من النفقة والكسوة والعشرة الجميلة لقول الله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾ [النساء: الآية ١٩] ولقول النبي ﷺ: «استوصوا بالنساء خيراً»[2] وقوله: «خيركم خيركم لأهله»[3].

= ٢/ ٢٥٧ و٤/ ٣٣٥ وفي «البداية» ٦/ ١٥٧، وأبو نعيم في «دلائل النبوة» ١/ ١٣٦، وذكره التبريزي في «المشكاة» (٣٢٥٥)، والشيخ الألباني في «إرواء الغليل» ٧/ ٥٤ و٥٧ والمنذري في «الترغيب» ٣/ ٥٥ و٥٦ وغيرهم.

(١) سبق تخريجه.

(٢) أخرجه البخاري (٣٣٣١) و(٥١٨٥)، ومسلم (٦٠)، وابن أبي شيبة ٥/ ٢٧٦ والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٩٥ والبغوي في «شرح السنة» ٩/ ١٦٢ رقم (٢٣٣٢) والنسائي في «عشرة النساء» (٢٥٨) وابن كثير ٢/ ٢١٥، وغيرهم.

(٣) أخرجه الترمذي (٣٨٩٥)، وابن ماجه (١٩٧٧)، والدارمي ٢/ ١٥٩، والبيهقي ٧/ ٤٦٨، والطبراني في «الكبير» ١٩/ ٣٦٣، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٣٠٣ و٩/ ١٧٤، وفي «موارد الظمآن» (١٣١٢) و(١٣١٥)، وابن سعد ٨/ ١٤٨ والخطيب ٧/ ١٣ و١٤ و٤٣١، وأبو نعيم في «الحلية» ٧/ ١٣٨، والشيخ الألباني في «الصحيحة» (٤٦٢) و(١١٧٤) و(١٨٤٥) وفي «آداب الزفاف» ص ١٦٩ طبعة التراث.

ما يحدث بين الرجل والمرأة سر لا يجوز البوح به

إفشاء ما يحدث حال الجماع: ما يحرم على الرجل والمرأة معاً أن يتحدث أحدهما بما حصل بينه وبين زوجه حال الجماع من كلام وهيئة. ورد عن أبي هريرة قال: صلى بنا رسول الله ﷺ فلما سلم «انتهى من صلاته» أقبل علينا.

فقال: «مجالسكم، هل منكم الرجل إذا أتى أهله أغلق بابه وأرخى ستره ثم يخرج فيحدث فيقول: فعلت بأهلي كذا فعلت بأهلي كذا». فسكتوا فاقبل على النساء.

فقال: هل منكن من تحدث؟

فجثت فتاة كعاب «شابة» على إحدى ركبتيها وتطاولت ليراها رسول الله ﷺ ويسمع كلامها.

فقالت: إي والله. يتحدثون وإنهن يتحدثن.

فقال عليه الصلاة والسلام: «هل تدرون ما مثل من فعل ذلك؟ إن مثل من فعل ذلك مثل شيطان وشيطانة لقي أحدهما صاحبه بالسكة «الطريق» فقضى حاجته منها والناس ينظرون إليه»[(١)].

وروى مسلم وأبو داود عن النبي ﷺ أنه قال: «أستر الناس منزلة عند الله يوم القيامة الرجل يفضي إلى المرأة وتفضي إليه ثم ينشر سرها»[(٢)].

كلمة يفضي إليها: معناها علاقة البشرة للبشرة أو كناية عن الجماع. وهذا الأمر مما عمت به البلوى اليوم بين الكثير من أبناء وبنات المسلمين فتراهم يتحدثون عما وقع منهم

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ٦/٤٥٦ وقال الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ١٤٤ الحديث حسن بشواهده إن لم يكن صحيحاً. وذكره في «إرواء الغليل» ٧/٧٤.

(٢) أخرجه ابن أبي شيبة ٧/٦٧، ومن طريقه مسلم ٤/١٥٧، وأحمد ٣/٦٩ وأبو نعيم ١٠/٢٣٦ ـ ٢٣٧، وابن السني (٦٠٨) والبيهقي ٧/١٩٣ ـ ١٩٤ قال الشيخ الألباني في «آداب الزفاف» ص ١٤٢ بعد ذكره لهذا السند: هذا الحديث مع كونه في «صحيح مسلم» إلَّا أنه ضعيف من قبل سنده لأن فيه عمر ابن حمزة العمري وهو ضعيف.

أو من زوجاتهم حال الجماع، بل إن الأمر قد يتعدى ذلك عند المجاهرين بالمعاصي فيقص أحدهم على أخيه ما وقع بينه وبين المومس.

ألا فلتتقوا الله أيها المسلمون ولتعلموا أن هذا الأمر سر ينبغي أن لا ينشر ومن نشره فليستغفر الله وَلْيَتُبْ توبة نصوحاً ولا يرجع لذلك أبداً.

لا شك أن ليلة الزفاف هي أحد الأحداث الهامة في حياة كل شخص حيث إنها بداية الحياة الزوجية بما فيها من تغيير في نظام الحياة والاستقرار لكثير من أمور أي شاب أو فتاة. وتشترك العادات والتقاليد والنظام الأسري والخبرات الخاصة والثقافة في التأثير في مسار الأمور والاستعداد النفسي للعروسين. فكل طرف يرسم للآخر صورة معينة عما يعتقد أن يكون مثالياً، ويمزج خلال ذلك كثيراً من المتغيرات الطبيعية، ويعتقد أن ما يعرفه هو الصحيح وقد يحكم عليها مسبقاً أنها غير عادية لمجرد عدم المعرفة. والنصاحون من الناس فيهم المتحيز وفيهم المغالي وفيهم غير الأمين الذي قد يؤدي أحياناً إلى زيادة الخلط وتفاقم بعض المشاكل الصغيرة. وقد ذهبت بعض الدول إلى إنشاء مكتب خاص للمقبلين على الزواج، وذلك لفحصهم طبياً وتوجيههم نفسياً التوجيه السليم، بما يتفق مع الواقع في هذه الدول، ويقوم بهذه الوظيفة حالياً في بلادنا الأسرة والأصدقاء، وكثير من النصائح تؤدي دورها مضبوطاً، ولكن كما قلت أحياناً قد تدخلهم بعضها في متاهات خاطئة.

ونرى في بلادنا اهتماماً غير عادي باحتفالات الزفاف والاستعداد من كل جانب واختيار المكان المناسب للحفل والفنانين والسهر، ويعتبر البعض أن هذا أهم جزء في الزواج، رغم ما تسببه هذه الاحتفالات من مشاكل مادية وإرهاق للأسرة، وسهر يمتد أحياناً إلى ما بعد منتصف الليل، ويحيد عن الهدف من مجرد أنه احتفال للتعبير عن البهجة وللمساعدة في ربط أواصر الإلفة إلى احتفال للمباهاة أو الانتقاد أو المعايرة، أو لبداية بعض المشاحنات. والعروسان في العادة جزء من أسرتين، كل له عاداته وتقاليده وآراؤه، ولا بد من امتزاجهما مزجاً ليناً، حتى نساعد على تلافي أي خلفيات قد تهدد سعادة العروسين مستقبلاً.

والسهر في ليلة الزفاف قد يسبب إرهاق العروسين، مما يجعلهما في حالة من التعب قد تؤدي إلى إحداث بعض المشاكل النفسية، وقد ينصح بعض الناصحين العريس بتعاطي الخمور أو المواد المخدرة ليلة الزفاف، وقد يتسبب ذلك في مشكلات لا لزوم لها، والنصيحة المثالية هي أنه ليس هناك أحسن من الشيء الطبيعي، فجميع هذه المواد تحمل أضراراً مختلفة يستحسن تلافيها.

وما زالت عائلات كثيرة في بعض المناطق بالذات تصر على بيات مندوبين من العائلتين مع العروسين ليلة الزفاف للاطمئنان على البشارة، وهذا قد يؤدي في بعض الأحيان وخاصة عند الحساسين ذوي الشعور المرهف إلى مشاكل حادة، إذ يشعر العروسان أن هناك من ينتظرهما طول الوقت وكأنهما مراقبان. . وقد تزداد المشكلة تفاقماً في بعض الحالات وخاصة في الحالات التي تبدأ فيها مشكلة من الناحية الجنسية، والتي تزداد اتساعاً بمناقشات العائلة وإعلان الأسرار على الملأ من العائلتين، الأمر الذي يضع الجميع وخاصة العريس في حرج شديد، وكل عائلة تلقي اللوم على الأخرى، دون أن يوضع في الاعتبار أن أمر الزواج خاص بالدرجة الأولى بالعروسين.

وثمة نصيحة أخرى للعروسين هي أن التوافق الجنسي بين الزوجين يحتاج إلى وقت كي تمتزج العواطف ويألف كل من الزوجين عادات الآخر عن قرب: ما يحب وما لا يحب وما يثيره وما ينفره.

ولوضع أساس قوي للامتزاج الطبيعي فهناك قاعدة لا بد أن تكون واضحة في ذهن كل من العروسين وهي: أعط لتأخذ، أي لا ينتظر كل من العروسين الأخذ بدون عطاء، لا أن يأخذ أولاً، بل عليه أن يعطي لينال الجزاء. وهذا يستلزم التضحية طبعاً إلى أن يحدث التوافق التام. وقد يتأخر بعض الأزواج بعض الوقت حتى يحدث التوافق بين الطرفين، ويساعد على إتمام التوافق: الصراحة والوضوح في بعض الإحساسات، فقد تخجل الزوجة من التعبير عن بعض مشاعرها، أو يخجل الزوج من الكلام في بعض الموضوعات. وقد عرفت أزواجاً لم يفصح كل منهما للآخر عن بعض المطالب التافهة إلّا بعد سنوات من الزواج، وكان من الممكن أن يجنبوا أنفسهم هذه المشقة بمجرد الوضوح منذ البداية فيما يضايق أو يريح أحدهما من سلوك الآخر، على أن يكون ذلك بالطريق المناسبة وفي الوقت المناسب[1].

(١) انظر: «طبيبك الخاص» العدد ٩٣ ص ٤٦.

هناك العديد من الرجال الذين يشكون من العنة «الضعف الجنسي» بعد أن كانوا يتمتعون بقوة جنسية يحسدون عليها، مما يصيبهم بالقلق الشديد.. حيث لا يعرفون سبباً لهذا الضعف.. وحول هذا الموضوع تحدث الدكتور عبد الحليم خطاب[1] فقال: المقصود بالعنة الضعف الجنسي عند الرجل، وهي عبارة عن عدم القدرة على الانتصاب، أو يكون الانتصاب ضعيفاً بحيث لا يقدر على استمرار الجماع الجنسي بصورة مرضية للطرف الآخر ـ الأنثى ـ ولا يقدر على الوصول إلى قمة النشوة الجنسية للطرفين وتكون سرعة القذف هي إحدى علامات العنة أو الضعف الجنسي، وتعني سرعة إنزال السائل المنوي قبل الوصول إلى قمة الإشباع الجنسي للمرأة.

وسرعة القذف تنقسم إلى ثلاثة أنواع:

١ ـ فيه يتم الإنزال بعد الإيلاج بدقيقة واحدة وهو أخف الأنواع.

٢ ـ يكون الإنزال بعد الإيلاج مباشرة..

٣ ـ النوع الثالث وهو الأخطر وفيه يتم الإنزال قبل الإيلاج مع عدم الانتصاب ويكون سببه غالباً التوتر النفسي.

وقد تحدث العنة في ليلة الزفاف ويكون سببها الخوف والرهبة، والتوتر العصبي. ومن عوامل الإخفاق في ليلة الزفاف الإجهاد الجسماني والخجل والحرج بين الطرفين، وذلك لعدم الخبرة والثقافة الجنسية.

أسباب العنة:

تنقسم إلى قسمين:

١ ـ أسباب عضوية مثل التهاب البروستاتا والحويصلة المنوية وقلة نشاط الخصيتين، ويرجع ذلك لخلل في هرمونات الغدة النخامية أو الغدة الدرقية أو الغدة فوق الكلوية، وكلها تهيمن على عمل الخصيتين ونشاطهما.

(١) انظر: «طبيبك الخاص» العدد ٢٥٩ ص ٧٦.

وكذلك أسباب عضوية عامة مثل السكر وخصوصاً المبكر منه وأمراض القلب والكلى وغيرها.

٢ ـ أسباب نفسية وتعتبر الأكثر شيوعاً بين الشباب في هذا الزمان.

وذلك لمشاكل الحياة وخصوصاً المادية منها: وتمثل نسبة الأسباب النفسية أكثر من ٦٠٪ بين الشباب، ويمثل الخوف أكثرها وهو الخوف من الفشل أو عدم الثقة في قدرة الرجل على إتمام العملية الجنسية بنجاح وإرضاء الطرف الآخر والوصول به إلى ذروة النشوة الجنسية، أو الخوف من إحداث آلام للزوجة عند الإيلاج، أو الخوف من حدوث أمراض جنسية نتيجة الاتصال الجنسي مع المرأة.

وقد تشارك الأنثى الرجل في نفس الخوف وبذلك لا تساعد الزوج على إتمام الممارسة الجنسية السوية، ويرجع ذلك لجهل الشباب بالثقافة الجنسية ومعرفة الطريقة السليمة للأداء الجنسي وتبادل مشاعر الحب بين الطرفين قبل الإيلاج وهو ما يعرف بـ Love Play أي المداعبة.

العلاج:

وطرق العلاج تعتمد على نوعية الأسباب:

١ ـ إذا كان السبب الرئيسي عضوياً فيجرى للمريض الفحوص اللازمة له وبعدها يقرر الأخصائي العلاج اللازم، وهو لا يتعدى بعض الهورمونات في الحالات التي تثبت التحاليل فيها نقص نسبة الهورمونات، بالإضافة لبعض المقويات والفيتامينات، ولكن تؤخذ بحذر وتحت إشراف طبي.

٢ ـ أما إذا كان السبب الرئيسي عوامل نفسية فيعرض المريض على أخصائي أمراض نفسية وعصبية لتحليل الحالة نفسياً ومعرفة العوامل والدوافع لهذا المرض.

نصائح هامة:

بعض المرضى في الحالات النفسية يلجأون إلى العلاج بالهورمونات وذلك خطأ جسيم قد يزيد الحالة سوءاً لأن الهورمونات لها أضرارها وأعراضها الجانبية.

نحذر من اللجوء إلى الطرق غير العلمية للعلاج مثل أساليب الشعوذة والدجل..

ونحذر أيضاً من كثرة الممارسة للعملية الجنسية بغرض إثبات القوة والفحولة لأنه قد يؤدي إلى الضعف العام والعجز في العملية الجنسية.

كما ننبه الشباب إلى عدم السقوط في القلق عند حدوث أي فتور في العملية الجنسية

لفترة من الزمن، فذلك أمر طبيعي في كل إنسان حيث يمر بفترات من الفتور الجنسي سرعان ما يرجع بعدها إلى القوة السابقة.

وننصح الشباب بالاهتمام بقضاء إجازة الأسبوع مع الزوجة وتغيير المكان أثناء العطلة وذلك لتجديد النشاط الذهني والجسمي والجنسي، فالتغيير مطلوب دائماً في أسلوب الحياة الرتيب.

البرود الجنسي عند المرأة يعني أنَّ المرأة تأخذ القليل من اللذة الجنسية وفي الواقع فهي معدومة الإحساسات الجنسية، ومن الناحية الفسيولوجية فإن هذه المرأة لا يحدث لها احتقان في الأغشية المخاطية ـ أي زيادة في كمية الدم ـ في الأعضاء التناسلية إذا ما حدث لقاء جنسي، وبالتالي فإن المهبل يبقى جافاً أو قريباً من ذلك.

وبعض النساء اللاتي يشكين من البرود الجنسي يتحملن اللقاء الجنسي حتى يحافظن على زواجهن، والبعض الآخر لا يطقن الاتصال الجنسي، بل وقد يعملن على عدم حدوثه.

وهناك مجموعة ثالثة من المرضى وهذه المجموعة بالرغم من أنها لا تثار جنسياً إلّا أنها تستمتع من اللمسات والتقارب الجسدي الذي يحدث في عملية الجماع.

ومن الأشياء النادرة الحدوث هي وجود امرأة ليس لها مشاعر أو إحساسات جنسية، ولكن هذه المرأة قادرة على الوصول إلى قمة اللذة إذا ما تم اللقاء الجنسي.

وبعض النساء اللاتي يشكين من البرود الجنسي لا يرفضن العملية الجنسية بل قد يستخدمن حركات أجسامهن حتى يصل الأزواج إلى قمة اللذة وبسرعة، وبهذه الطريقة يتم الزواج.

والبعض الآخر يجدن في هذه العملية التي ليس فيها استمتاع لهن نوعاً من الإحباط، وبذلك يعملن على عدم حدوثها.. وذلك باللجوء إلى بعض الحيل بدلاً من القول بصراحة إنهن لا يردن هذا اللقاء، ومن هذه الحيل الإدعاء بأنهن مريضات أو متعبات، أو العمل على إثارة مشاجرة قبل الذهاب إلى السرير.

وانفعالات الرجل تجاه هذه المواقف متغيرة، فإما أن الرجل يرضى بهذا الموقف بل وقد يعتبره شيئاً حسناً وفي صالحه، أو أن الرجل يعتبر أن امرأته لا تثار جنسياً وذلك لوجود عيبٍ فيه وأنها ترفضه، ونتيجة لذلك فإن الرجل يضغط على امرأته حتى تثار جنسياً، والنتيجة هي مزيد من البرود.

والبرود في المرأة يقابله عدم الانتصاب في الرجل، ولكنه يختلف عنه، ففي كثير من المجتمعات فإن الرجل مطالب بأن يقوم بالعملية الجنسية وحده، أما دور المرأة فهو ثانوي.. حتى إنه في كثير من المجتمعات فإن المرأة يجب ألّا تثار جنسياً.. وهناك شريحة

من المجتمع الأمريكي تعتبر أن وظيفة المرأة هي إعطاء اللذة للرجل وحمل الأطفال.

ونتيجة لذلك فإن كثيراً من الأطباء يقول للمرأة الباردة إنها طبيعية ويجب أن تبقى كذلك..

وكثيرات من السيدات اللاتي يبدو أنهن في تمام الصحة النفسية والجسدية والمتزوجات منذ زمن بعيد.. كثيرات منهن لم يجربن اللذة الجنسية ولم يثرنَ جنسياً ولو لمرة واحدة..

وعندما تثار المرأة فإنه يحدث كثير من الأشياء، منها أن كمية الدم الذاهبة إلى الأعضاء التناسلية تزداد، ونتيجة لذلك فإن حجم الشفرتين يكبران وكذلك الأنسجة المحيطة بالمهبل، كذلك يصبح حجم المهبل أكبر، ويرتفع الرحم إلى أعلى.

وهذه التغيرات الفسيولوجية تقع تحت تأثير الجهاز العصبي اللاإرادي، وهذا الجهاز يتحكَّم أيضاً في عمليات كثيرة منها الهضم والتنفس.. الخ.

وكما يحدث اضطراب في الهضم إذا كان الإنسان مضطرباً أو خائفاً، كذلك يحدث اضطراب في الانفعالات الجنسية إذا كانت المرأة خائفة أو مضطربة، بمعنى أن المرأة قد تصاب بالبرود إذا كانت خائفة من أنها لن تصل إلى قمة اللذة، أو أنها غير قادرة على توصيل مشاعرها الجنسية إلى زوجها خائفة من عدم استطاعتها مواصلة العملية الجنسية..

في هذه الحالات يجب على الطبيب المعالج أن يعمل على خلق حالة توافق بين الرجل وامرأته باعتبارها علاقة أعمق من الجنس وحده، وبذلك تحرر المرأة من الخوف من الاتصال الجنسي، وإذا ما تحررت من هذا الخوف فإنها تستطيع أن تتجاوب مع الأحاسيس الجنسية.

بمعنى أن الرجل يتوقف عن مزاولة العملية الجنسية بالطريقة المعروفة ويستبدل بها طريقة أخرى كأن يستلقي عارياً وتبدأ امرأته بلمس كل جزء من جسمه. وبذلك تتخلص المرأة مما قد تتخيله من أنها ترتكب معصية إذا لمست زوجها وحتى تتعود الزوجة على الاستمتاع بلمسات زوجها وتركز عليها.

وقد يكون لهذا التمرين تأثير عظيم، فالمرأة وقد أصبحت غير ملزمة بالوصول إلى قمة اللذة، تصبح قادرة على أن تستمتع بلمسات زوجها، والمرأة وقد أصبحت مطمئنة إلى أنها غير مطالبة بأي إثارة جنسية.. عندئذ تستطيع أن تنفعل مع الإثارات الجنسية.

ونجاح هذه الطريقة يعتمد على الزوج الذي يجب أن لا يعمل على إتمام الاتصال الجنسي.. بعد هذا يبدأ الرجل يلمس الأعضاء التناسلية للمرأة ثم بعد ذلك الاتصال الجنسي[1].

---

(١) انظر: «طبيبك الخاص» العدد ١٣٦ ص ٣٦.

القسم الثاني

آداب اللقاء الجنسي

ما يجب أن يعرفه كل عريس وعروس

الزواج هو نعمة على الفرد والمجتمع، فهو يعني الاستقرار، والعصمة، والبعد عن الخطيئة، ويعني أن تتكون أسرة، ويظهر أفراد جدد يسهمون في رقي المجتمع وتقدمه، هكذا يشير الدين إلى هذه الحقائق التي يؤكد عليها العلم والطب، لتتحقق لنا السعادة المنشودة...

إنَّ نعم الله، سبحانه وتعالى، على الإنسان لا تعد ولا تحصى، وأولها نعمة الوجود والخلق، وهي نعمة عظمى، لأنها الحياة التي وهبها لنا الخالق، عز وجل، ومن النعم الأخرى أن خلقنا دون عيوب وفي أحسن تقويم، وهذا من أسرار السعادة في كل زمن أو وقت من عمر الإنسان، ومن أسرار السعادة الزوجية أيضاً..

فالزواج ارتباط ينشأ لصالح الطرفين، والأسرة والمجتمع، ويجب أن يكون بالرضا والمحبة والألفة، وأن يشعر الطرفان بعضهما البعض بالمحبة والتقدير اللذين يجلبان السعادة الزوجية...

لا شك أنَّ العديد من المتزوجين يجهلون جوانب شتى متصلة بالحياة الجنسية، نتيجة لافتقادهم التوجيه السليم قبل الزواج، وتثقيف المتزوجين جنسياً من الأهمية بمكان في هذه الأحوال، فالمعارف الجنسية ليست مما يُترك للفطرة، ولكنها دروس ينبغي أن تلقَّن للشباب قبل الزواج أو بعده، حتى يتيسر لهم ممارسة الجنس بأسلوب صحيح، يحقق للزوجين كليهما قمة النشوة والمتعة، ويتعين في هذا الصدد تزويد الزوجين بمعلومات كافية عن العملية الجنسية، وكيف نعالج الضعف والبرود الجنسي، وكيف نحافظ على قوتنا الجنسية إلى نهاية العمر...

فالجنس بمفهوم الرغبة والممارسة، لا يختلف في الأنثى عنه في الذكر، ورغم ما يتيحه الجنس من سعادة، إلاّ أنَّ المرأة تختلف عن الرجل، فهي تسعد بالتمهيد له أيما سعادة، وترى في الكلمات العاطفية والإطراء ما يطمئنها على أنها تسير في طريق الأمان، وهي تحتاج إلى التمهيد كضرورة فسيولوجية في طريق الأمان، وسابقة على ممارسة الجنس الذي يمكن أن تصل فيه إلى الشبق...

وكثير من الرجال لا يعلمون أنَّ للمرأة شبق يتعين أن تصل إليه في العملية الجنسية، بل إنها يمكن أن تصل إلى الشبق عدة مرات في الاتصال الواحد، لذلك يجب أن يكون

الوصول بالمرأة إلى مرحلة الشبق هو هدف الرجل في كل اتصال، خاصة وأنها تخجل من الإشارة إليه، بل نجد زوجة وأماً لثلاثة أطفال تعترف بأنها لم تصل إلى الشبق في حياتها الزوجية إلاّ بعد سبع سنوات من الزواج، حيث بدأت تعتبر ذلك اليوم بداية حياتها الزوجية الحقيقية. . .

فإن دل ذلك على شيء، فإنما يدل على عدم ثقافة الرجل والمرأة في الحياة الجنسية. . .

وهذا الكتاب يعالج مشاكل الجنس، ما خطر منها على البال، وما لم يخطر. وهو نعم الصديق للرجل والمرأة على السواء، وقد تحدثنا فيه عن المفيد منه والضار، وبيان جواز ذلك كله في الشريعة الإسلامية. راجياً من الله، سبحانه وتعالى، أن ينفع به، إنه على ما يشاء قدير. . .

عايدة أحمد الرواجبة

الجماع والباه، فقد كان هديه، ﷺ، فيه أكمل هدى، يحفظ به الصحة، وتتم به اللذة وسرور النفس، ويحصل به مقاصده التي وضع لأجلها، فإنَّ الجماع وضع في الأصل لثلاثة أمور هي مقاصده الأصلية:

أحدها: حفظ النسل، ودوام النوع، إلى أن تتكامل العدة التي قدر الله بروزها إلى هذا العالم.

الثاني: إخراج الماء الذي يضر احتباسه واحتقانه بجملة البدن.

الثالث: قضاء الوطر، ونيل اللذة، والتمتع بالنعمة، وهذه وحدها هي الفائدة التي في الجنة، إذ لا تناسل هناك، ولا احتقان يستفرغه الإنزال.

وفضلاء الأطباء يرون أنَّ الجماع من أحد أسباب حفظ الصحة. قال جالينوس: الغالب على جوهر المني النار والهواء، ومزاجه حار رطب، لأن كونه من الدم الصافي الذي تغتذي به الأعضاء الأصلية، وإذا ثبت فضل المني، فاعلم أنه لا ينبغي إخراجه إلاّ في طلب النسل. أو إخراج المحتقن منه، فإنه إذا دام احتقانه، أحدث أمراضاً رديئة، منها: الوسواس، والجنون، والصرع، وغير ذلك، وقد يُبرئ استعماله من هذه الأمراض كثيراً، فإنه إذا طال احتباسه، فسد واستحال إلى كيفية سمية توجب أمراضاً رديئة كما ذكرنا، ولذلك تدفعه الطبيعة بالاحتلام إذا كثر من غير جماع.

* وقال بعض السلف: ينبغي للرجل أن يتعاهد من نفسه ثلاثاً:

أن لا يدع المشي، فإن احتاج إليه يوماً قدر عليه...

وينبغي أن لا يدع الأكل، فإنَّ أمعاءه تضيق...

وينبغي أن لا يدع الجماع، فإنَّ البئر إذا لم تنزح، ذهب ماؤها...

* وقال محمد بن زكريا: من ترك الجماع مدة طويلة، ضعفت قوى أعصابه، وانسدّت مجاريها، وتقلص ذكره...

قال: ورأيت جماعة تركوه لنوع من التقشف، فبردت أبدانهم، وعسرت حركاتهم، ووقعت عليهم كآبة بلا سبب، وقلت شهواتهم وهضمهم... انتهى.

ومن منافعه: غض البصر، وكف النفس، والقدرة على العفة عن الحرام، وتحصيل ذلك للمرأة، فهو ينتفع نفسه في دنياه وأخراه، وينتفع المرأة، ولذلك كان، ﷺ، يتعاهده ويُحبه ويقول: «حُبِّب إليَّ من دُنياكم: النساء والطِّيب»[1]..

وفي كتاب «الزهد» للإمام أحمد في هذا الحديث زيادة لطيفة، وهي: «أصبر عن الطعام والشراب، ولا أصبر عنهن»..

وحث على التزويج أمته فقال:

«تزوجوا فإني مكاثر بكم الأمم»[2]..

وقال ابن عباس: خير هذه الأمة أكثرها نساء.

وقال: «إني أتزوج النساء، وأنام وأقوم، وأصوم وأفطر، فمن رغب عن سنتي فليس مني»[3].

وقال: «يا معشر الشباب! من استطاع منكم الباءَةَ فليتزوج. فإنه أغض للبصر، وأحفظ للفرج، ومن لم يستطع، فعليه بالصوم، فإنه له وجاء»[4].

---

(١) أخرجه النسائي ٧/٦١ و٦٢، وأحمد ٣/١٢٨ و١٩٩ و٢٨٥، والنسائي في «عشرة النساء» (١) و(٢)، وأبو يعلى (٣٤٨٢) و(٣٥٣٠)، والزبيدي في «الإتحاف» ٣/٢٢، ١٣١، ١٣٨ و٥/٣١١ و٣١٢ و٧/١٠٤ و٨/١١٧ و٩/٥٥٢، وابن عدي ٣/١١٥٠ و١١٥١، وعبد الرزاق (٧٩٣٩)، والتبريزي في «المشكاة» (٥٢٦١)، والحافظ في «تلخيص الحبير» ٣/١١٦، والخرائطي في «مكارم الأخلاق» (٩٨)، وابن أبي الدنيا في «مكارم الأخلاق» (١٠٣) و(٢٤٧) و(٢٤٨)، والحاكم ٢/١٦٠، والقاضي في «الشفاء» ١/١٩٤ و٢٧٧، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/١٦ و١٨، والذهبي في «الطب النبوي» ٢٠/٦٧، وابن كثير ٥/٤٥٦.

(٢) أخرجه أبو داود (٢٠٥٠)، والنسائي (النكاح) ب ١١، وابن ماجه (١٨٤٦)، والحاكم ٢/١٦٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٥٢ و٢٥٨، وابن حبان في «موارد الظمآن» (١٢٢٨) و(١٢٢٩)، والحافظ في «تلخيص الحبير» (١١٦١٣) والتبريزي في «المشكاة» (٣٠٩١)، والزبيدي في «الإتحاف» ٥/٢٨٦، والخطيب ١٢/٣٧٧، والبغوي في «شرح السنة» ٩/١٦، وأبو نعيم في «الحلية» ٢/٩١٤ و٣/٦٢، والمنذري في «الترغيب» ٣/٤٦، والسيوطي في «الدر المنثور» ٢/٣١١، والهندي في «الكنز» (٤٤٥٦١) و(٤٤٥٩٨) و(٤٥٥٨٩) و(٤٥٥٩٧) و(٤٥٥٩٩).

(٣) أخرجه البخاري ٧/٢، والبيهقي في «السنن» ٧/٧٧، والتبريزي في «المشكاة» (١٤٥)، والبغوي في «شرح السنة» ١/١٩٦ والشيخ في «إرواء الغليل» ٦/١٩٣.

(٤) أخرجه البخاري ٧/٣، ومسلم (النكاح) ١ و٢، والنسائي ٤/١٦٩ و١٧١ و٦/٥٨، وابن ماجه (١٨٤٥)، وأحمد ١/٣٨٧ و٤٢٤ و٤٢٥و ٤٣٢، والبزار ٢/١٤٨، والبيهقي في «السنن» ٤/٢٩٦ و٧/٧٧، والدارمي ٢/١٣٢، والطبراني ١٠/١٤٩، وابن أبي شيبة ٤/١٢٦، والحميدي (١١٥)، وعبد الرزاق (١٠٣٨٠)، والحافظ في «الفتح» ٩/١٠٦ و١١٢ و١٢٠ والبغوي في «شرح السنة» ٩/٣، والمنذري في «الترغيب» ٣/٤٠، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/٢١، والتبريزي في «المشكاة»=

ولما تزوج جابر ثيباً قال له: «هلا بكراً تُلاعبها وتُلاعبك»[1].

وروى ابن ماجه في «سننه» من حديث أنس بن مالك، قال: قال رسول الله ﷺ: «من أراد أن يلقى الله طاهراً مطهراً، فليتزوج الحرائر»[2].

وفي «سننه» أيضاً من حديث ابن عباس يرفعه، قال: «لم نَرَ للمتحابين مثل النكاح»[3].

وفي «صحيح مسلم» من حديث عبد الله بن عمر قال: قال رسول الله ﷺ: «الدنيا متاع، وخير متاع الدنيا المرأة الصالحة»[4].

= (٣٠٨٠)، وابن كثير ٦/٥٤ و٤١٥، والهندي في «الكنز» (٤٤٤٠٨) و(٤٥٥٩٢)، والزبيدي في «الإتحاف» ٥/٢٨٦ و٣٢٢، والشجري في «الأمالي» ٢/٣٤، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٥٢، وأبو نعيم في «تاريخ أصفهان» ١/٢٤٤، والشيخ في «الصحيحة» (١٨٣٠).

(١) أخرجه البخاري (٦٣٨٧) و(٥٣٦٧)، والشيخ في «الإرواء» ٦/١٩٦، والنووي في «الأذكار» (٢٧٠)، وابن عساكر ٣/٣٩٢...

وأخرجه مسلم (الرضاع) ٥٤، والترمذي (١١٠٠)، وابن ماجه (١٨٦٠)، وأحمد ٣/٣٠٨ و٣١٤، والدارمي ٢/١٤٦، والبيهقي في «السنن» ٥/٣٥١ و٧/٨٠، وابن السني (٦٠٥)، والبغوي في «شرح السنة» ٨/١٥٦، وسعيد بن منصور (٥١٠)، والحافظ في «تغليق التعليق» (٩١٥)، والزبيدي في «الإتحاف» ٥/٣٥٦ و٣٤٧، والهندي في «الكنز» (٤٤٥٥٣) و(٤٤٥٦٣) و(٤٤٦٠٤)...

وأخرجه بلفظ: «هلا جارية تلاعبها وتلاعبك وتضاحكها وتضاحكك..» البخاري ٤/١٣٢ و٥/١٢٣ و٧/٦ و٥٠ و٨٥ و٨/١٠٢، ومسلم (الرضاع) ٥٥ و٥٦ و٥٧، والترمذي، والبيهقي في «السنن»، ٧/٨٠، ٢٥٤، وابن أبي شيبة ٤/٤١٧، والبيهقي في «دلائل النبوة» ٣/٣٨٣، والبغوي في «شرح السنة» ٩/١٥، وسعيد بن منصور (٥١١)، والذهبي في «الطب النبوي» (١٨)، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/١٩، والزبيدي في «الإتحاف» ٥/٣٤٧، والهندي في «الكنز» (٤٥٦٣٣) و(٤٥٦٣٤)، وابن عساكر ٣/٢٩٢، والشيخ في «آداب الزفاف» (٨٧)، والحميدي (١٢٢٧)...

وأخرجه بلفظ: «هلا بكراً تعضها وتعضك..» الطبراني في «الكبير» ١٩/١٥٠، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٣/٣٧٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٥٩، والهندي في «الكنز» (٤٤٥٥٤).

وأخرجه الهروي بلفظ: «هلا بكرا تداعبها وتداعبك..» ١/٣٣٣.

(٢) أخرجه ابن ماجه (١٨٦٢)، والمنذري في «الترغيب» ٣/٤٠، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/٢٢، والسيوطي في «الدر المنثور» ٥/٢٠، وابن عساكر ٤/٢٣٥، وابن كثير ٦/١٠، والقرطبي ٥/١٤٧، وابن عدي ٣/١١٥٧.

(٣) أخرجه ابن ماجه (١٨٤٧)، والتبريزي في «المشكاة» (٣٠٩٣)، والطبراني في «الكبير» ١١/٥٠، وابن أبي حاتم في «علل الحديث» (٢٢٥٢).

(٤) أخرجه مسلم (الرضاع) ب ١٧ رقم ٦٤، والتبريزي في «المشكاة» (٣٠٨٣)، والبغوي في «شرح السنة» ٩/١١، والحافظ في «تلخيص الحبير» ٣/١١٦، والزبيدي في «الإتحاف» ٩/٨٧، وابن كثير ٢/١٤، والمنذري في «الترغيب» ٣/٤١، وأبو نعيم في «الحلية» ٣/٣١٠، وعبد بن حميد في «المنتخب» (٣٢٧)، و«الأمثال» لأبي الشيخ (٢٢٧)، والهندي في «الكنز» (٤٤٤٥١).

وكان، ﷺ، يُحرض أمته على نكاح الأبكار الحسان، وذوات الدين، وفي «سنن النسائي» عن أبي هريرة قال: سئل رسول الله، ﷺ: أي النساء خير؟ قال:

«التي تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تُخالفه فيما يكره في نفسها وماله»[1]..

وفي «الصحيحين» عنه، عن النبي ﷺ قال: «تُنكح المرأة لمالها، ولحسبها، ولجمالها، ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك»[2].

وكان يحث على نكاح الولود، ويكره المرأة التي لا تلد، كما في «سنن أبي داود» عن معقل بن يسار، أنَّ رجلاً جاء إلى النبي ﷺ فقال: إني أصبتُ امرأةً ذات حسب وجمال، وإنها لا تلد، أفأتزوجها؟

قال: «لا»...

ثم أتاه الثانية، فنهاه... ثم أتاه الثالثة، فقال: «تزوجوا الودود الولود، فإني مُكاثر بكم»[3]..

وفي الترمذي عنه مرفوعاً:

«أربعٌ من سنن المرسلين: النكاح، والسواك، والتَّعطر، والحِنَّاء»[4]..

ومما ينبغي تقديمه على الجماع.. ملاعبة المرأة، وتقبيلها، ومص لسانها، وكان رسول الله ﷺ يُلاعب أهله ويقبلها.

---

(١) أخرجه النسائي في «سننه» ٦/ ٦٨، ولم أجده بهذا اللفظ لغيره.

(٢) أخرجه البخاري (٥٠٩٠)، ومسلم (الرضاع) (١٤٦٦)، وأبو داود (٢٠٣٢)، والنسائي ٦/ ٦٨، وابن ماجه (١٨٥٨)، وأحمد ٢/ ٤٢٨ و٣/ ٨٠ ـ ٨١ و٣٠٢ و٦/ ١٥٢، وأبو يعلى ١/ ٦٣، والبزار (١٤٠٣)، وابن حبان (١٢٣١)، والشهاب (٧٥٧)، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٧٩، والشيخ في «الإرواء» ٦/ ١٩٤، وسعيد بن منصور (٥٠٦)، والدارقطني ٣/ ٣٠٣، والبغوي ١/ ٢٢٠، وفي «شرح السنة» ٩/ ٨، والمنذري في «الترغيب» ٣/ ٤٥، والحافظ في «المطالب العالية» (١٥٧٠)، وابن كثير ١/ ٣٧٧، والتبريزي في «المشكاة» (٤٠٨٢).

(٣) أخرجه أبو داود (٢٠٥٠)، والنسائي (النكاح) ب ١١، وابن ماجه (١٨٤٦)، والحاكم ٢/ ١٦٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٢٥٢ و٢٥٨، وابن حبان (١٢٢٨ و١٢٢٩ ـ موارد)، وقد سبق تخريجه موسعاً...

(٤) أخرجه الترمذي (١٠٨٠)، وأحمد ٥/ ٤٢١، والبغوي في «شرح السنة» ٩/ ٥، والطبراني في «الكبير» ٤/ ١٩، والتبريزي في «المشكاة» (٣٨٢)، والحافظ في «تلخيص الحبير» ١/ ٦٦، وابن كثير ٤/ ٣٨٩، والمنذري في «الترغيب» ١/ ٦٥، والزبيدي في «الإتحاف» ٨/ ٢٨، وابن أبي شيبة ١/ ١٧٠، والشيخ في «الإرواء» ١/ ١١٦، والسيوطي في «الدر المنثور» ٤/ ٦٥، والهندي في «الكنز» (١٧٢٣٦) و(٤٣٤٥٥).

وروى أبو داود في «سننه» أنه، ﷺ، «كان يقبل عائشة، ويمُصُّ لسانها»[1].

ويذكر عن جابر بن عبد الله قال:

«نهى رسول الله، ﷺ، عن المواقعة قبل الملاعبة»[2].

وكان يغتسل قبل الجماع. . روى أبو داود في «سننه» عن أبي رافع مولى رسول الله، ﷺ، أن رسول الله، ﷺ، «طاف على نسائه في ليلة، فاغتسل عند كل امرأة منهن غسلاً» فقلت: يا رسول الله! لو اغتسلت غُسلاً واحداً، فقال: «هذا أزكى وأطهر وأطيب»[3]. . .

وشرع للمجامع إذا أراد العود قبل الغسل الوضوء بين الجماعين، كما روى مسلم في «صحيحه» من حديث أبي سعيد الخدري، قال: قال رسول الله ﷺ:

«إذا أتى أحدكم أهله ثم أراد أن يعود فليتوضأ»[4].

وفي الغسل والوضوء بعد الوطء من النشاط، وطيب النفس، وإخلاف بعض ما تحلل بالجماع، وكمال الطهر والنظافة، واجتماع الحار الغريزي إلى داخل البدن بعد انتشاره بالجماع، وحصول النظافة التي يُحبها الله، ويُبغض خلافها ما هو من أحسن التدبير في الجماع، وحفظ الصحة والقوى فيه[5].

ويلعق فرجها لتهييجها ولتمام اللذة. . قال القرطبي في «تفسيره»[6]: قال أصبغ من علمائنا: يجوز له أن يلحسه بلسانه. . .

---

(١) أخرجه البخاري ١/٨٨، ومسلم (المقدمة) ب ٦ رقم ٣٢، وأبو داود واللفظ والزيادة له (٢٣٨٦)، وأحمد ٦/٣٩ و١٢٣ و٢٣٤ و٢٨٠ و٢٩١ و٣١٠ و٣١٨، وأبو عوانة ١/٣١٠، والدارقطني ١/١٤٢، والحميدي (١٩٧)، والساعاتي في «بدائع المنن» (٦٨٨)، والبغوي في «شرح السنة» ٦/٢٧٨ والنسائي في «عشرة النساء» (٢٤٤)، وابن عساكر ٢/٨٢ و٢٩٩، والحافظ في «الفتح» ٤/١٥٢، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٢/٩٠ و٩١ والطبري ٥/٦٨، وابن كثير ٢/٢٧٨، والتبريزي في «المشكاة» (٢٠٠٥).

(٢) أخرجه الخطيب ١٣/٢٢١، وابن القيم في «زاد المعاد» ٣/٢٣٨، والشيخ في «الضعيفة» (٤٣٢)، ورواه ابن عساكر ١٦/٩٩ ٢، وأبو عثمان البحتري في «الفوائد المخرجة من أصول مسموعاته» ٢٤/١.

(٣) أخرجه أبو داود (الطهارة) ب ٨٦، وأحمد ٦/٨، والبيهقي في «السنن» ١/٢٠٤ و٧/١٩٢، والطبراني في «الكبير» ١/٣٠٧، والحافظ في «تلخيص الحبير» ١/١٤١، والحافظ في «الفتح» ١/١٧٦، والنسائي في «عشرة النساء» (١٤٩)، والشيخ في «آداب الزفاف» (٣٣) في «شرح معاني الآثار» ١/١٢٩.

(٤) أخرجه مسلم (الحيض) ٢٧، وأبو داود (٢٢٠)، والترمذي (١٤١)، وابن ماجه (٥١٧)، والبيهقي في «السنن» ١/٢٠٣ و٢٠٤ و٧/١٢٩، والحاكم ١/١٥٢، والخطيب ٣/٢٣٩، والنسائي في «عشرة النساء» (١٥٢)، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٩٥.

(٥) «زاد المعاد» ٣/٢٣٦ ـ ٢٣٨ للإمام ابن قيم الجوزية.

(٦) «تفسير القرطبي» ٧/٤٦٢٤ طبعة الشعب. وفي «مختصر القرطبي» ٣/٣٥٧.

وقال ابن خُوَيْزِ مَنْداد: يجوز للزوج والسيد أن ينظر إلى سائر الجسد وظاهر الفرج، وكذلك المرأة يجوز أن تنظر إلى عورة زوجها، والأمة إلى عورة سيدها ا هـ.

أنفع الجماع

وأنفع الجماع: ما حصل بعد الهضم، وعند اعتدال البدن في حرّه وبرده، ويبوسته ورطوبته، وخلائه وامتلائه، وضرره عند امتلاء البدن أسهل وأقل من ضرره عند خلوه، وكذلك ضرره عند كثرة الرطوبة أقلُّ منه عند اليبوسة، وعند حرارته أقل منه عند برودته، وإنما ينبغي أن يُجامع إذا اشتدت الشهوة وحصل الانتشار التام الذي ليس عن تكلف، ولا فكر في صورة، ولا نظر متتبع، ولا ينبغي أن يستدعي شهوة الجماع ويتكلفها، ويحمل نفسه عليها، وليبادر إليه إذا هاجت به كثرة المني، واشتد شبقه، وليحذر جماع العجوز والصغيرة التي لا يُوطأ مثلها، والتي لا شهوة لها، والمريضة، والقبيحة المنظر، والبغيضة، فوطء هؤلاء يُوهن القوى، ويُضعف الجماع بالخاصية، وغلط من قال من الأطباء: إنَّ جماع الثيب أنفع من جماع البكر وأحفظ للصحة، وهذا من القياس الفاسد، حتى ربما حذر منه بعضهم، وهو مخالف لما عليه عقلاء الناس، ولما اتفقت عليه الطبيعة والشريعة.

وفي جماع البكر من الخاصية وكمال التعلق بينها وبين مجامعها، وامتلاء قلبها من محبته، وعدم تقسيم هواها بينه وبين غيره، ما ليس للثيب. وقد قال النبي ﷺ لجابر: «هلا تزوجت بكراً»[1]..

وقد جعل الله سبحانه من كمال نساء أهل الجنة من الحور العين، أنهن لم يطمثهن أحد قبل من جعلن له من أهل الجنة، وقالت عائشة للنبي ﷺ: أرأيت لو مررت بشجرة قد أرتع فيها، وشجرة لم يُرتع فيها، ففي أيهما كنت تُرتع بعيرك؟ قال: «في التي لم يُرتع فيها»[2].. تريد أنه لم يأخذ بكراً غيرها.

وجماع المرأة المحبوبة في النفس يقل إضعافه للبدن مع كثرة استفراغه للمني، وجماع البغيضة يُحل البدن، ويُوهن القوى مع قلة استفراغه، وجماع الحائض حرام طبعاً وشرعاً، فإنه مضر جداً، والأطباء قاطبة تحذر منه[3].

---

(١) سبق تخريجه.

(٢) أخرجه البخاري ٧/٦، وابن الجوزي في «الأذكياء» (٢٠٧)، وابن كثير في «البداية» ٣/ ١٣٠، وابن قيم في «زاد المعاد» ٣/ ٢٣٩.

(٣) «زاد المعاد» ٣/ ٢٣٨.

أذكر حكاية جحا عندما سأله أحدهم: ما هو الأفضل أن يمشي الرجل خلف الجنازة أم أمامها؟ فقال له جحا: لا تكن أنت المحمول وأمشِ حيث شئت...

إنَّ النساء يستمتعن عادة، خلال العملية الجنسية، بالعناق الجسدي، والتقبيل، والمداعبة التي تسير ببطء في ظلام دامس، أو في ظل ضوءٍ باهت، مما يسمح لهنّ بالتخيّل بحرية، بالإضافة إلى ذلك، توجد عند غالبية النساء أفكار مشوشة حول مظهر وشكل أعضائهن التناسلية، وذلك كنتيجة حتمية لتربية جنسية مشوهة أثناء الطفولة، والتحذيرات المستمرة بضرورة «الاحتشام»، مما يدفع بالنساء إلى الشعور الدائم بالخجل من أزواجهن إذا هم رأوا أعضاءهن التناسليَة في النور. ولكن هناك دلائل تشير إلى أن النساء اللواتي أصبحن أكثر فاعلية في المجتمع، لا يعلقن اهتماماً كبيراً على ضرورة ممارسة الجنس في الظلام، بل أصبحن عموماً أكثر حرية وانفتاحاً في توقيت الممارسة الجنسية في الزمان والمكان المناسب لهن.

أما ما هو الأفضل بعد الممارسة الجنسية؟ بعد ممارسة جنسية طبيعية مشبعة ومتنوعة، تميل الزوجة عادة إلى متابعة الحديث العاطفي مع زوجها، فتبقى متنبهة مستيقظة، بينما يميل الزوج إلى السكون والراحة والخلود إلى النوم؟.

والاستثارة الجنسية عند معظم النساء هي عملية فيزيولوجية، ترتفع وتهبط حدّتها قبل الجماع وبعده بصورة تدريجية، بعكس الاستثارة عند الرجل، التي تخمد بسرعة بمجرد انتهاء الممارسة الجنسية، والسبب في ذلك أن مشاعر المرأة الرقراقة، وأحاسيسها العاطفية، وحبها وحنانها، تظل متيقظة حتى بعد بلوغها الرعشة وحصولها على المتعة، فهي تفضل متابعة الحديث العاطفي مع شريكها، ومغازلته، والبقاء بقربه أطول مدة ممكنة من الزمن، آملة في الحصول منه على رعشات أخرى تروي غليلها، وتطفئ نار شهوتها، بعكس الرجل الذي ما إن يحقق رغبته ويحصل على مراده، حتى يخلد إلى النوم والراحة، لأن شهوته واستثارته الجنسية تكون قد انطفأت بسرعة، وغابت مثل شهب السماء، وليس رويداً رويداً كمغيب الشمس كما هو الحال عند المرأة.

أما حب المرأة للغزل.. فإن المرأة تحب، بل تصبو لكي يتغزل بها الرجل، وهي تنفق الدراهم الكثيرة على عطورها، وملابسها، وزينتها، لكي تبدو جميلة وجذابة ومثيرة للاهتمام، ليس فقط بالنسبة للرجال، بل بالنسبة للنساء أيضاً.

وهل لملابس النساء الداخلية تأثير على الزوج؟ إنَّ الملابس الشفافة الجميلة المزخرفة ذات الإغراء الجنسي من شأنها أن تجتذب الزوج.. إلاّ أن الملابس التحتية هذه

لها دوّر ثانوي وتافه بالمقارنة مع جسم الزوجة المكلل بالإغراء، والمعطّر بأفضل الروائح والعطور، والذي يتمايل عليه شعر مالس براق لا يعكر انسياقه شرائط أو عقد. هذا بالإضافة إلى حركات الاستثارة الجنسية التي تقوم بها الزوجة. هذا هو الذي يجذب الرجل، ويجعل نظره مصوباً نحو جسد زوجته، لا سيما إذا مسحت الزوجة وجهها ويديها، بعد الاغتسال بالدوش بطبقة رقيقة من المراهم الملينة ممّا يزيد في طراوتها وجاذبيتها..

تكرار الجماع وأضرارهُ

يقول أحد الأطباء لمريضه الذي يمارس الجنس مرتين في اليوم، بأن ممارساته الجنسية تلحق بهِ الأذى، وتشكل خطراً على صحته. هل الطبيب محق فيما يقول؟

ـ أي ضرر بالتحديد يقصده الطبيب في ذهنه؟ فإذا كان يشير إلى ما يشاع من مفاهيم غير صحية وخاطئة عن العلاقات الجنسية، فإنهُ بالتأكيد لا يعرف عمّا يتكلم، أما إذا كان يريد لفت نظر الزوج إلى أن زوجته هي بطلة كاراتيه، فقد يكون لهُ بعض الحق في ذلك، أنا لا أوافق هذا الطبيب على ذلك الرأي، فالقدرة الجنسية تختلف بين رجل وآخر، وهي عرضة لتغيرات عديدة. ثم إن كبت الشهوة الجنسية يمكن أن ينتج عنهُ مضرة بالصحة، جسدياً ونفسياً، كما يؤدي إلى نفور الزوجة، ويولد المخاوف لدى المريض بأنهُ قد أتلف... الخ، وهذا يقود حتماً إلى احتقان البروستات وتوتر الأعصاب، وعدد من الأعراض السريرية التي غالباً ما تسبب إنهاكاً نفسياً لدى المريض المفرط الحساسية، ذاك الذي عانى من اضطرابات نفسية.

وبإيجاز أعتقد أن المريض أفضل حالاً لو بدل المحلل النفسي رأيه، بدلاً من أن ينقض على قدرته الجنسية.

كما أنهُ تتوفر دراسات أثبتت أن بعض الرجال بإمكانهم إعادة ممارسة الجماع بعد مرور خمس دقائق، والبعض الآخر بإمكانهم تحقيق الجماع أربع مرات خلال ساعة واحدة. بينما يفيد الآخرون بشكل قاطع بأنه لا يمكنهم تحقيق الانتصاب ثانية إلا بعد مرور ليلة أو اثنتي عشرة ساعة على الأقل. وقد تكون القاعدة بشكل عام تقتضي بمرور بضع ساعات حتى يمكن لمعظم الرجال أن يبلغوا الانتصاب والرعشة الكبرى.

إباحة التلذذ بسائر البدن

تبين ممّا أسلفنا أنَّ التلذذ والتمتع بالمرأة مباحاً إلاَّ في حالتين اثنتين: الحيض، والدبر، أما باقي بدنها فللرجل أن يفعل ما يحلو له من تقبيل، ومص لسان، وعض،

ولحس فرج، ولها أن تأخذ ذكره وتتمتع به كيف شاءت من مص ودعك... وغير ذلك ممّا تجد به لذتها. كما وله ولها الوضعية التي تحلو لهما، ومصداق ما قلناه:

قول رسول الله ﷺ لجابر بن عبد الله: «فهلا تزوجت بكراً تلاعبها وتلاعبك؟».

وفي رواية: «فهلا جارية تلاعبها وتلاعبك»؟.

زاد في رواية: «وتضاحكها وتضاحكك»[1].

وفي رواية: «هلا بكراً تعضها وتعضك»[2].

وفي رواية: «هلا بكراً تداعبها وتداعبك»[3].

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: «كان رسول الله ﷺ يُقَبِّل وهو صائم، ويباشر وهو صائم، ولكنه كان أملك لإربه»[4].

وعنها أيضاً قالت: «كان رسول الله ﷺ يقبلني وهو صائم وأنا صائمة»[5].

---

(١) أخرجه البخاري (٢٣٠٩) و(٢٩٦٧) و(٤٠٥٢) و(٥٠٧٩) و(٥٠٨٠) و(٥٢٤٥) و(٥٢٤٧) و(٥٣٦٧) و(٦٣٨٧)، ومسلم (الرضاع) ٥٤ و٥٥ و٥٦ و٥٧، والترمذي (١١٠٠)، وابن ماجه (١٨٦٠)، وأحمد ٣/٣٠٨ و٣١٤، والدارمي ٢/١٤٦، والبيهقي في «السنن» ٥/٣٥١ و٧/٨٠ و٢٥٤، وابن أبي شيبة ٤/٤١٧، وابن السني (٦٠٥)، والبغوي في «شرح السنة» ٨/١٥٦ و٩/١٥، وسعيد بن منصور (٥١٠) و(٥١١)، والذهبي في «الطب النبوي» (١٨)، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/١٩، والزبيدي في «الإتحاف» ٥/٣٥٦ و٣٤٧، والحميدي (١٢٢٧)، وابن عساكر ٣/٢٩٢، والشيخ في «آداب الزفاف» (٨٧)، والعراقي في «المغني عن حمل الأسفار» ٢/٤٢ و٤٦، والهندي في «الكنز» (٤٤٥٥٣) و(٤٤٥٦٣) و(٤٤٦٠٤).

(٢) أخرجه الطبراني في «الكبير» ١٩/١٥٠، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٣/٣٧٢، والهيثمي في «المجمع» ٤/٢٥٩، والهندي في «الكنز» (٤٤٥٥٤).

(٣) أخرجه الهروي ١/٣٣٣.

(٤) أخرجه البخاري (١٩٢٧)، ومسلم (الصيام) ب ١٢ رقم ٦٥ و٦٦ و٧٠ و٧١ و٧٢ و٧٣، وابن ماجه (١٦٨٤) و(١٦٨٥)، وأحمد ٦/٤٢ و٤٤ و٩٨ و١٢٦ و١٥٦ و١٩٢ و١٩٣ و٢٠١ و٢٤١ و٢٥٦ و٢٥٨ و٢٦٥ و٢٨٢ و٢٨٦ و٣٠٠ و٣٢٥، والربيع بن حبيب ١/٦٣، والساعاتي في «بدائع المنن» (٦٨٩) و(٦٩٢)، و«جامع مسانيد أبي حنيفة» ١/٤٨١ و٤٩٠، وعبد الرزاق (٨٤٠٦) و(٨٤٠٧) و(٨٤٣١)، والبغوي في «شرح السنة» ٦/٢٧٥، والدارقطني ١/١٣٥ و١٣٦ و١٤١ و١٤٢ و١٨١، والشيخ في «إرواء الغليل» ٤/٨٠، والشجري في «الأمالي» ١/٢٩٢، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٢/٩٢ و٩٣ و٩٤، والسهمي في «تاريخ جرجان» (٢٠٤)، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٢/١٩٥ و٣٣٧، والخطيب ٧/٤٢٦ و١١/٣٨٢، وأبي نعيم في «تاريخ أصفهان» ٢/٧٩، وفي «الحلية» ٧/١٦١، وابن عدي ٤/١٥٥٩، وابن أبي حاتم في «علل الحديث» (١٠٨) و(٧٧٣) و(٧٧٩)، والبيهقي في «السنن» ٤/٢٣٠ و٢٣٤، وأبي داود واللفظ له (٢٣٨٢)، و«صحيح الجامع» (٤٣٧٤)، و«الصحيحة» (٢١٩) و(٢٢٠) و(٢٢١).

(٥) أخرجه أبو داود (٢٣٨٤) واللفظ له، وأحمد ٦/٤٤ و١٧٩ و٢٥٢ و٢٩١ و٣٢٠، والربيع بن حبيب في «المسند» ١/٢٦، والشجري في «الأمالي» ٢/٣٠، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٢/٩٠.

وعنها أيضاً قالت: «كان ﷺ يُقَبِّلُهَا وهو صائم ويمص لسانها»[1].

وعن أم سلمة قالت: حضت وأنا مع النبي ﷺ في الخميلة، فانسللت فخرجت منها، فأخذت ثياب حيضتي فلبستها، فقال لي رسول الله [redacted]: «أَنُفِسْتِ»؟ قلت: نعم. فدعاني فأدخلني معه في الخميلة. قالت زينب ابنة أبي سلمة: وحدثتني أنَّ النبي ﷺ كان يقبلها وهوصائم. وكنت أغتسل أنا والنبي ﷺ من إناء واحد من الجنابة[2].

أما لعق الفرج فقد قال القرطبي في «تفسيره»[3]: قال أصبغ من علمائنا: يجوز له أن يلحسه بلسانه. . .

أما التمتع بالنظر إلى سائر الجسد وظاهر الفرج قال القرطبي[4]: وقال ابن خُوَيْزِمَنْداد: يجوز للزوج والسيد أن ينظر إلى سائر الجسد وظاهر الفرج، وكذلك المرأة يجوز أن تنظر إلى عورة زوجها، والأمة إلى عورة سيدها ا هـ.

وأخرج الحاكم[5] عن محمد بن عبد الحكم قال: قال الشافعي كلاماً كلم به محمد بن الحسن في مسألة إتيان المرأة في دبرها قال: سألني محمد بن الحسن فقلت له: إن كنت تريد المكابرة وتصحيح الروايات ـ وإن لم تصح ـ فأنت أعلم، وإن تكلمت بالمناصفة كلمتك. قال: على المناصفة، قلت: في أي شيءٍ حرّمته؟ قال: بقولِ الله عز وجل: ﴿فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ﴾ [البقرة: ٢٢٢][6]، وقال: ﴿فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ [البقرة: ٢٢٣][7]، والحرث لا يكون إلاّ في الفرج. قلت: أفيكون ذلك محرَّماً لما سواه؟ قال: نعم. قلت: فما تقول لو وطئها بين ساقيها، أو في أعكانها، أو تحت إبطها أو أخذت ذكره بيدها، أوَ في ذلك حرث؟ قال: لا! قلت: أفيحرم ذلك؟ قال: لا! قلت: فلم تحتج بما لا حجة فيه؟. . .

---

(١) أخرجه أبو داود (٢٣٨٦) واللفظ له، وأحمد ٦/ ٣٩ و١٢٣ و٢٣٤ و٢٨٠ و٢٩١ و٣١٠ و٣١٨، وأبو عوانة ١/ ٣١٠، والدارقطني ١/ ١٤٢، والحميدي (١٩٧)، والساعاتي في «بدائع المنن» (٦٨٨)، والبغوي في «شرح السنة» ٦/ ٢٧٨، والتبريزي في «مشكاة المصابيح» (٢٠٠٥)، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٢/ ٩٠ و٩١، وابن عبد البر في «التمهيد» ٥/ ١٢٣، والحافظ في «الفتح» ٤/ ١٥٢، والطبري ٥/ ٦٨، وابن كثير ٢/ ٢٧٨، وابن عساكر ٢/ ٨٢ و٢٩٩، والنسائي في «عشرة النساء» (٢٤٤).

(٢) أخرجه البخاري (٣٢٢) و(٣٢٣) و(١٩٢٩)، وأحمد ٦/ ٨٦ و٢٩٤ و٣٠٠ و٣١٨، والشافعي (١١١)، وأبو عوانة ١/ ٣١٠، وابن عبد البر في «التمهيد» ٣/ ١٦٥.

(٣) «تفسير القرطبي» ٧/ ٤٦٢٤ طبعة الشعب، وفي «مختصر القرطبي» ٣/ ٣٥٧ طبعة دار الكتاب العربي.

(٤) المصدر السابق.

(٥) «تفسير القاسمي» ٣/ ٥٦٧، و«فتح الباري» ٨/ ٢٤١.

(٦) قلت: الآية نزلت في الحيض، والمعنى، والله أعلم، إتيان النساء في الطهارة وليس زمن الحيض.

(٧) قلت: وقد بينت في هذا المبحث اختلافهم في التفسير، وقد رجحت الأصوب، وذلك فيما سبق هذا الباب.

المداعبة وأثرها

ليست المداعبة مجرد وسيلة لإيقاظ الشهية الجنسية، إنها أيضاً شكل مرغوب فيه، ومحبّب للاتصال بين المخلوقات البشرية.

قبل أن يعمل التباين التشريحي (الفروقات الجسدية) على إيقاظ حب الاستطلاع الطبيعي لدى الأطفال، يرسخ في أذهانهم أن هذا العمل سيء وقذر، لا لسبب إلا لما سمعوه من الأشخاص الكبار البالغين...

فكم من مرة يسمع الصبي أو البنت من الأم أو الأب هذا النهي الحازم: «لا تمس هذه الناحية من جسمك».. وهذه «الناحية»، بالطبع،، ليست سوى الأعضاء الجنسية!.

ويكبر الأطفال ويبلغون سن الحلم وفي أعماقهم رواسب هذه «النواهي الأبوية»، فإذا ما تزوجوا، أو أحبوا، كانت اتصالاتهم بشريكاتهم سريعة شبه آلية، كما لو كان الغرض منها مجرد تأدية واجب أو القيام بمهمة.

والواقع إن الحيل إلى المداعبة غريزة طبيعية وأصيلة في الإنسان التواق أبداً إلى الاقتراب من إنسان آخر، تنبعث منه حرارة الحياة، فيشعر بالأمن والطمأنينة، وبضرب من الارتياح ذي ارتباط وثيق بالحياة نفسها.

ومن هنا كان خطأ فادحاً ردع الأطفال عن مد الذراعين نحو أترابهم من الجنس الآخر.

والذي يحدث، في حالة الكبح والنهي المستمرة، أن تتحول غريزة اللمس لدى الأطفال إلى رغبة في الشغب والاقتتال والمصارعة جسداً لجسد. ومع أن هذه الظاهرة تبدو ذات طبيعة عدوانية، فإنها توفر للصبية والبنات أول فرصة للتعرف على أولى احتكاكاتهم الجسدية، وما أن يصبحوا مراهقين حتى يكتشفوا أن نواهي الأهل لم تكن سوى تدابير احترازية مؤقتة فينبذونها ويندفعون في مضمار المداعبة بتبادل القبل أولاً، ثم بالانتقال إلى مداعبات حميمة أكثر فأكثر.

وفي هذه المرحلة يأتي دور الفتاة لتقول للفتى: «اللمس ممنوع!» وتصرفهن هذا نابع، بالتأكيد، عن رواسب طفولتهن، حيث لقنهن الأهل أن كل بادرة جسدية حميمة تمت بصلة وثيقة للجنس» بادرة مشينة!.

وهكذا تفقد حاسة اللمس صفتها كوسيلة من أبسط الوسائل، وأكثرها طبيعية، للتعبير عن الحنان والصداقة.

وعندما تصل الفتيات إلى سن التجارب الغرامية الأولى، يملن إلى ترك زمام المبادرات التمهيدية للفتيان. وهذا عائد، جزئياً، إلى ما تعلمنه في الصغر: أو لم يلقنوهن أن دور المرأة في الحب دور سلبي بحت؟ يكسبوهن الاقتناع العميق بأن كل العلاقات الجنسية تنطوي على امتهان لكرامتهن وشرفهن؟.

إن الأهل الذين يغرسون مثل هذه الأفكار في عقول بناتهن، هم المسؤولون الحقيقيون عن الكثير من المتاعب، التي لا بد من أن تواجهها هاته البنات في علاقتهن مع أزواجهن ضمن إطار الحياة الزوجية العتيدة.

وقد أثبتت الأبحاث الكثيرة التي أجريناها، أن المخرج الوحيد من هذا المأزق هو كفاح الفتاة للتحرر من الشعور بعقدة الذنب، الأمر الذي يحرر جسدها من التوتر اللاإرادي كلما اقترب منها شريك حياتها وحاول مداعبتها.

ولهذا الامتناع عن كل مبادرة إيجابية من قبل الفتاة أسباب ذات صفة عملية، ذلك أنها ما إن تخلو بشاب ما حتى تكتشف أن رفيقها شديد التحفز «سريع الاشتعال».. الأمر الذي يحدو بها إلى اجتناب تشجيعه، لما قد ينطوي عليه مثل هذا التشجيع من سوء مغبة، فضلاً عن عدم جدواه..

أما الفتى، في هذه المرحلة، فإنه يفضل الاندفاع نحو غايته بصورة مباشرة ودون مقدمات، اعتقاداً منه أن من شأن ذلك تحريك التجاوب لدى شريكته كما يحب ويشتهي.. ولكن سرعان ما يخيب أمله، فلا يلاقي لدى الشريكة ما كان يتوقع، بل، على العكس، يلمس تخوفاً ورغبة في التملص والهروب.. وهو يعزو ذلك، غالباً إلى «الغنج»، أو «التمنع المفتعل»، فيزيد بذلك الموقف تعقيداً على تعقيد.

وفي حالات كثيرة، يسبب هذا التمنع والهروب مشكلات بين الحبيبين، فيروح كل منهما يتهم شريكه بشتى التهم، كنضوب العاطفة، وعدم الرغبة في الاستجابة لرغباته، ممّا قد ينجم عنه شجار وانقطاع لصلة الود والإلفة. وقد يحدث أن يفكر كل منهما بأن لا بد له من عود إلى التجربة، ولكن.. مع شريك آخر!.

ويندفع الفتى والفتاة في مجال «الاكتشاف»... اكتشاف الشريك الذي يوفر لشريكه الطمأنينة، والدعة، والانشراح! وليس بمستبعد أن يفضي الأمر بالبعض إلى العثور على الضالة المنشودة التي توفر الأجوبة لما يتردد في نفسه من أسئلة.

وفي أضعف الإيمان لا يكون الاحتكاك الجسدي أكثر من وسيلة لإفهام الشريك، بلا

كلام، أن التصرف الصادر عنه لا يضايق رفيقه، وأن يفهم منه أنه مرتاح لما يفعل، أو أنه راغب في المزيد و.. حتى النهاية.

والحقيقة أن المداعبة ليست سوى شكل أولي من أشكال الاتصال، أي أنها «كلام صامت»، يجنب صاحبه الوقوع في فخ الكلمات عندما يبغي التعبير عن عواطفه في لحظة معينة. وبفضل المداعبة تنهار «الحواجز الجسدية»، التي تحدّق بنا جميعاً، وتحدّ من طاقتنا على التحرك بحرية. وبفضلها أيضاً يتولد في أعماقنا شعور بالاندماج والانسجام.

والمهم في الأمر كله هو أن نضع في أسلوبنا عند المداعبة لمسات شخصية، ينفرد الواحد منّا بها عن سواه، فتكون تعبيراً صادقاً عن شعوره الحميم نحو شريكه، فمن منبع هذا الشعور يتدفق الحب الجسدي، الذي هو مكمل لا غنى عنه للحب، بل لكل علاقة تقوم بين رجل وامرأة.

الملاطفات الجنسية

بقيت حواء على مر التاريخ ضحية عدم الفهم والتصورات الخاطئة، وكانت رغباتها الخاصة شيئاً محرماً لا تستطيع الإفصاح عنه، وفي العصور الحديثة اقتحمت العلوم والمعارف عالم المرأة ومشكلات الجنس والزواج.. ومع دخول أضواء المعرفة تحررت الحياة الزوجية من الأوهام التي جثمت عليها.

وبدأ الأطباء يضعون خلاصة تجاربهم عن كل خلايا الجسم البشري، وعلاقته بالإثارة والجنس.. وخلصوا إلى أن المداعبات الحسية تعتبر أهم من العلاقة الجنسية المباشرة.. ويحدث ذلك حتى بين الحيوانات وبين الطيور.

(١) ملامسة الجلد بالجلد

أهمل الإنسان حاسة اللمس، رغم أنها من الحواس الأساسية، خاصة في العلاقة الجنسية، لقد أحس بذلك أهل الشرق حيث يقدس الحب، وينظر إلى العلاقة الجنسية نظرة تصوفية، وانتشرت بين عاداتهم للحمامات الدافئة، والتدليك للجسم كوسيلة للتحضير للقاء.

إن الجلد يكون أكثر حساسية للملامسة في الأماكن التي لا تتعرض أصلاً للاحتكاك تحت الإبط، وخلف الأذنين، وظهر الرقبة (القفا)، والظهر عموماً، الوركين خلف الركبتين، وداخل الفخذين، وأسفل القدمين، وبين الأصابع.

إن ملامسة وملاطفة هذه الأماكن يساعد على السعادة في اللقاء، وحسن الاستعداد للالتصاق.

ويرتبط شكل الجلد ولونه بالهياج الجنسي.. وتعتبر حبوب القشعريرة أيضاً في حالة الحب دليلاً على هذا الهياج.

كما يدل احمرار الوجه على أحاسيس الحياء والخجل من كون الشخص متأثراً للغاية، ويظهر أحياناً نوع خاص من الاحمرار، وهو المسمى بتورد الجنس، على جسمي الرجل والمرأة، كعلامة على رغبة جنسية قوية. هذا التورد هو احمرار سطحي، ينتشر من منطقة الحجاب الحاجز إلى الثديين، والرقبة، والوجه، وأحياناً يمتد إلى المعدة، والفخذين، والذراعين، والأكتاف.

(٢) الحب يظهر على الوجه

أثناء اللقاء يجتاز تعبير الوجه جميع المراحل من الآلام إلى النشوة، فعندما يبلغ الشخص الذورة، ينقطب الجبين، وتضيق العينان بشدة، وينتفخ الفم، وكأنما ليصرخ، فيتشابه التعبير عن السعادة القصوى بالألم الأقصى.

وتخشى المرأة أحياناً أن يراها شريكها وهي على هذه الحالة، لأنها تتصور أن هذا يجعلها تبدو في صورة غير محببة. ولكن محاولة السيطرة على تعبير الوجه تعني أيضاً السيطرة على الأحاسيس، وفي حالة الجنس من المهم أن يطلق الشخص لمشاعره العنان. فبقدر ما يترك الإنسان نفسه على سجيتها، بقدر ما تكون الأحاسيس أقوى، وفي الحقيقة، رؤية الانفعال على الوجه تزيد من الاستثارة وتعمق الحب.

وتدليك الوجه أيضاً لطيف دائماً، ومن المستحسن أن يتم التدليك بأطراف الأصابع من مركز الوجه إلى الجزء الخارجي. ويمكن إزالة القلق من فوق الجبين: فيضع الشخص أحد اليدين على أحد جانبي رأس الطرف الآخر، ويمسح بإبهامه على أعلى الأنف متجهاً به عبر الجهة الأخرى من الجبهة.

وللوجه دوره الخاص في عملية الإثارة الجنسية، فالجنس بدون قبلات لا يمكن تخيله، والأكثر من ذلك أن هناك بعض التشابهات المميزة بين الفم والأعضاء التناسلية. فالفم فقط، على سبيل المثال من بين جميع مناطق الجسم، له نفس رطوبة ورقة الأعضاء التناسلية، وعلى العكس من ذلك فهو ـ حقيقة ـ العضو الوحيد المتشابه في الرجل والمرأة، والذي يجمع بين العنصر الذكري الأنثوي في عضو واحد. فيناظر تجويف الفم المهبل، ويتشابه اللسان مع العضو التناسلي، وتشبه الشفتان شفرتي فرج الأنثى، ولهذا تعتبر «القبلة الفرنسية» نوعاً من الاتحاد الجسدي لأنها اختراق باللسان.

(٣) الاتصال عن طريق الأيدي

الإنسان لا يشعر بكمية الإحساس الموجود في اليدين إلا في حالة الحب. فعن طريق الإمساك باليد وبدون أية كلمات، يمكن للشخص أن يتعرف على ما يحسه شريكه، وما إذا كان سريع الاستجابة أو خجولاً، مندمجاً فيما يفعله أو يفكر في شيء آخر.

وينشئ استخدام الأيدي في التلامس، والتربيت، والتدليل أثناء اللقاء أول اتصال بين الجسمين، ويعمل على خلق الانسجام بينهما.

وبعد ذلك تصاحب الأيدي العملية الجنسية عن طريق اللمس الرقيق، والضغط، والإمساك بقوة، والخربشة الرقيقة بالأظافر، وينسجم إيقاع الأيدي أثناء اللقاء، سواء أبطأت الحركات أم أسرعت، مع موجات الرغبة، وقد تعطي إشارات هامة، ممّا يساعد كلا من الطرفين أن يفهم ما يحسه الآخر.

ويمكن لليد أن يكون لها دور رائع في حالة ما إذا كان الاتحاد العضوي الشامل مستحيلاً، فالإثارة باليد لها سحرها الخاص، وقد يفضلها بعض الناس على أية طريقة أخرى، ولذلك فإن المحزن أن بعض الناس يعدونها «ليست بالطريقة الصحيحة».

(٤) مداعبة القدمين

لا تحصل القدمين غالباً على كثير من الانتباه، ولكنهما على قدر كبير من الحساسية، وتبعاً لآراء كثير من الأطباء، تتصل مناطق الانحناء في القدم بجميع الأعضاء الداخلية عن طريق أنسجة الأعصاب. ويمكن علاج أي مرض جسماني عن طريق تدليك القدمين، ويسمى هذا بالعلاج عن طريق تجويف القدم، ويمكن للإنسان أن يستشعر العلاقة بين القدمين وسائر أجزاء الجسد ككل، عندما يغسل قدميه بعناية، ويدلكهما ببعض الكريمات، فيشعر بعد ذلك بالاسترخاء في جسده ككل. وتدليك القدمين هو واحد من أحب تعبيرات الحب، ولذلك فإن له مكانة هامة في فن الإثارة، ولا يحتاج الإنسان لمعرفة متخصصة في ذلك، فيمكن فقط أن يستخدم الضغط الرقيق لتدليك قدمي الطرف الآخر بالتناوب، بواسطة الأصابع أو الإبهام..

ويجب ألا ننسى المنطقة وراء الكاحلين.. كما يجب على الشخص أن يكون رقيقاً في معاملة أصابع القدمين، وخاصة الفجوات بينهم لحساسيتهم الشديدة. فلمسات كهذه يمكنها أن تثير أحاسيس الغريزة بسهولة، ويمكن للإحساس بقدم الطرف الآخر في اليد أن تثير رغبة الشخص نفسه أيضاً.

إن الاهتمام بالقدم نوع من الولاء والتقرب.. ووفقاً لأقوال بعض خبراء الجنس إن فقدان موطئ القدم لاشعورياً أثناء اللقاء ـ وخاصة في النقطة التي يبدأ فيها الشخص بفقدان السيطرة على ارتكازه أو توازنه ـ قد تكون السبب أحياناً في الفشل في الوصول إلى رجفة اللقاء، والسبب يرجع إلى خوف لاشعوري من السقوط. ولذلك يجب أن يحاول الشخص تثبيت قدميه في حائط السرير، فهذا يساعده على الانطلاق، فعندما يشعر بقدميه تلمسان أرضاً صلبة، يمكنه أن يترك نفسه يسقط في أعمق نشوة.

(٥) العنق إحدى المناطق الحساسة للجنس

لمس أحد الأشخاص للآخر، أو لمسه هو شخصياً خلف الرقبة «القفا» له دائماً إحساس هائل بالمباشرة، فمن المستحيل تقريباً لمس هذه المنطقة بالصدفة، على عكس الاكتاف أو الذراعين أو الظهر على سبيل المثال.

وفي نفس الوقت، ترتبط مشاعر الثقة بالطرف الآخر والاستسلام بالعضلات المتحكمة في الرأس، وهي الرقبة، ولهذا فمن السهولة بمكان أن يجتمع التوتر في منطقة الرقبة، وبالتالي تصبح إنابة المقاومة أثناء اللقاء سارة للغاية...

وقد كان الربت ومداعبة وتقبيل الرقبة دائماً جزءاً فطرياً في لعبة الحب.. ويلعب العنق في عملية التزاوج عند كثير من الحيوانات والطيور دوراً مؤثراً بطريقة واضحة جداً، فيقضم الذكر أو ينقر عنق الأنثى، وقد يتحول هذا إلى عض أو نقر عدواني للغاية، وفي نقطة ما من الارتقاء، أقلع الإنسان عن مثل هذا الوضع، ليصبح من الممكن لكلّ من الرجل والمرأة أن ينظر في عيون بعضهما البعض أثناء اللقاء.. وبدلاً من عض أحدهما لرقبة الآخر، أصبحا يقبلان بعضهما بالفم. وربما يكون هذا أحد أعظم الفروق بين الجنس عند الحيوان وعند الإنسان.. وقد يشرح هذا العنصر القديم في القوة والخضوع الجاذبية الخاصة للوضع المسمى «بالحيواني» حيث يلتقي الرجل بالمرأة من الخلف.

(٦) سحر الظهر

ظهر الإنسان هو الجزء الأقوى في الجسم، فهو يحمل، ويحمي، ويعضد الإنسان، حتى أن بعض الحيوانات لها محارات فوق هذه المنطقة. وقد يعمل ظهر الإنسان أحياناً عمل هذه المحارات، فعندما يكون الشخص خائفاً أو مجهداً تتصلب عضلات الظهر وتؤلمه. ويمكن للتوتر النفسي ـ غالباً ـ أن يزول عن طريق تدليك الظهر.. وحتى عندما يسترخي الظهر يبقى فيه ما يشبه المحارة، فأينما تلمسه تشعر بعظام أو عضلات شديدة، فهو يختلف تماماً عن نعومة «الأمام»، نعومة الثديين والمعدة، ولهذا السبب بعينه يصبح لمداعبة الظهر تأثير سحري يشبه «أفتح يا سمسم». فعندما يصبح الظهر ليناً، وعندما تسترخي عضلاته، تتحرر جميع أجزاء الجسم.. ويمكن لنفس اللمسة من القفا إلى الأرداف أن تحدث إحساساً مختلفاً فلمنطقة ما تحت الوسط ـ العجز ـ حساسيتها الخاصة، ومثلها الخطوط على شمال وعلى يمين العمود الفقري.

ومن اللطيف أن يعطي الشخص عناية كاملة لظهر الطرف الآخر أثناء اللقاء، ملاطفاً بضمه له، وغامراً إياه بالقبلات، أو أن ينام الطرفان ملتصقي الظهر، وأن يناما ظهراً إلى

ظهر، برقة وهدوء، أو بقوة وانفعال، بعد ذلك يمكنهما أن يتمددا ثابتين معاً، ويشعران بمدى حيوية الظهر وتفتحه.

ويسمى حضن الظهر بوضع «الملاعق»، حيث تنام المرأة على جنبها ويضمها الرجل من ظهرها، فهذا يعطيها إحساساً خاصاً بالاسترخاء والحماية والألفة.

(٧) سعادة اعظم في الثديين

يمكن للثديين أن يعطيا قدراً كبيراً من السعادة من أول العمر إلى آخره. فلا يزال البالغون يحبون مداعبة الثديين، ويحبون أن تداعب أثداؤهم أيضاً. ويمكن حتى لصدر الرجل «المسطح» أن يكون مصدراً للإثارة الجنسية، ويزعم عالم أمريكي أن إثارة الثديين يمكنها أن تزيد من خصوبة المرأة: فهو يقول: إن لمس الثديين يمهد السبيل لانقباض الرحم، وبذلك يسرع الحيوان المنوي في طريقه إلى بويضة تنتظر التخصيب.

وتحصل ٦٠٪ من النساء على سعادة كبرى من لمس الثديين، بينما تحصل ٤٠٪ الباقيات على سعادة أقل.

كما تصرح خبيرة «العلاج بالجنس» الأمريكية: لا يوجد تفسير سيكولوجي لهذه الاختلافات، فربما يرجعها المحللون النفسيون إلى التجارب الأولى مع ثدي الأم، ولكن لا يمكننا التأكد من ذلك بالطبع.

فالمرأة التي يمكنها أن تتعامل برقة مع نفسها، تكون تلقائياً أكثر حساسية واستجابة لرقة الطرف الأخر. وفي نفس الوقت، يمكن اكتشاف أن لهذه الرقة صوراً مختلفة، جذابة، شديدة، يمكن أن تتساوى في الإثارة مع لمسة حانية براحة اليد، أو قرصة خفيفة للحلمتين.. ومن الأشياء الممتعة للرجل غالباً كما هي بالنسبة للنساء.. اللعب باللسان حول الحلمات، والمداعبة بدرجاته المختلفة بالطبع.

ويعطي ثديا المرأة علامات واضحة على الإثارة والفوران الجنسي؛ فيصبحان أقوى وأكثر حساسية، ويزيد انتصاب الحلمتين ويصبحان أشد وأطول وأوسع، وتتضخم أيضاً الهامة السوداء المحيطة بالحلمتين، وعندما تصل النشوة إلى ذروتها، يغطى الثديان أحياناً بلون وردي.

والحلمتان هما من أكثر أجزاء جسم المرأة حساسية، لأن كثيراً من نهايات الأعصاب تتقابل في هذه المنطقة.. فإذا لم تحصل المرأة على كثير من اللذة من الحلمات، يمكنها أن تستثار عن طريق المهبل.. ويمكن لشريكها أن يربط بين مهبلها وبين ثدييها.. فيدلك المهبل بيد، ويلاطف الحلمات بيد أخرى بخفة..

(٨) الجنس عن طريق الفم

أكثر الروابط ألفة الجنس عن طريق الفم، وهو أحد أحب الأنواع في لعبة الجنس. ويقوم على مداعبة بالفم.. وهذا ليس بغريب إذا أخذنا بالاعتبار ما قلناه سابقاً إن الشفاه واللسان يشبهان إلى حد كبير أعضاء التناسل للذكر والأنثى معاً.. كما يشبهان هذه الأعضاء في الرقة والرطوبة.

إن ملامسة الأعضاء بالفم يمكن أن تزيد من سعادة المرأة وسعادة الرجل، ولكن يجب عليه ألا يضغط عليها لتفعل ذلك. ففي حالة الحب يجب أن يحترم الشخص آثار البيئة والتربية على الطرف الآخر كما يفعل مع نفسه.

من هذا يتضح لنا أن هناك عالماً سحرياً وأساسياً من تبادل المشاعر والعواطف، يصل في أحيان كثيرة إلى أن يكون أهم من الجنس نفسه، وبالتالي فهو ضرورة سابقة ومصاحبة للقاء الجنسي، ومن الأفضل أن يكون لاحقاً له أيضاً.. فتبادل العواطف الحسية يساوي البهارات والملح على الطعام.

المداعبة... علاج الضعف الجنسي الطارئ

كانت الزيارة الأخيرة التي قام بها زوجان للدكتور وزوجته الطبيبة تختلف كل الاختلاف عن الزيارات السابقة. فقد ناقشوا معاً موضوعاً لم يسبق للزوج أن بحثه إلا مع زوجته في خلواتهما الحميمة.

فقد شعر الزوج، وهو في السابعة والعشرين من عمره، فجأة بالضعف الجنسي، وممّا زاد المشكلة تعقيداً اعتقاده أنه الوحيد في العالم الذي يشكو من هذه العلة، بينما هناك في الواقع عشرات الملايين من الرجال يشكون من شكل ما من أشكال الضعف الجنسي. وتقول التقارير الطبية إن عدد أولئك الأشخاص يزداد من سنة إلى أخرى، وإن عدداً آخر منهم يفضل السكوت عن علته على أن يذهب إلى طبيب للمعالجة.

وقد اكتشف الدكتور أن سبب ضعف الزوج الجنسي هو سبب شائع جداً، مرده إلى رغبته في بلوغ أوج النجاح في كل شيء يقوم به. وقد شعر هذا الزوج، لأول مرة، بالضعف الجنسي في أعقاب سهرة أكثر فيها من المآكل. ولو كان الأمر يتعلق بشخص آخر لا يكترث بتاتاً ببلوغ ذروة النجاح لهانت عليه المصيبة، ولكن الزوج شعر بخيبة أمل مريرة أصابت فحولته، وتفاعل الحادث في مخيلته إلى أن استولى على إرادته وشل طاقته الجنسية.

وقد تمكن الدكتور بعد أن أدرك طبيعة الزوج من معالجته وشفائه شفاء تاماً، وأكد له

أن علته تكمن في نفسه، وليس في جسده، وأن ما يشكو منه هو أمر شائع بين الرجال في مختلف أنحاء العالم.

ويقول الدكتور: جميعنا نشكو، في وقت من الأوقات، من الفشل الجنسي إمّا بسبب التعب والإرهاق، أو القلق بمختلف صوره. وإذا أدرك الرجل هذه الأمور استطاع أن يتغلب على هواجسه، إلا أن معظم الرجال في حياتنا العصرية، يميلون إلى تضخيم الأمور التي تؤدي بدورها إلى الضعف الجنسي الدائم. ولكن ما هو دور الأطباء في المعالجة، وكيف يستطيعون تقديم المساعدة.

ويتابع قائلاً: إن الرجل في أيامنا الحالية يدرك بأن المرأة تمارس نوعاً من أنواع تحديد النسل، وأنها تتوقع من الرجل بأن يقوم بدوره الجنسي على أفضل وجه، ولهذا نجد الرجل يردّد دائماً في نفسه «علي أن أشبع رغبة زوجتي، وإلا سأكون رجلاً فاشلاً». وهكذا يتفاعل هذا الهاجس في نفسه إلى أن يتولد الخوف وتسوء حالته الجنسية.

والسبب الآخر للضعف الجنسي، بحسب رأي إحدى الطبيبات، هو «الخيالات والأحلام المزيفة التي تصدرها المجلات الجنسية، لذلك عندما يواجه الرجل الحقيقة يجد نفسه عاجزاً عن تحقيق مآربه».

ويصف استاذ في علم النفس تلك الفئة من الرجال بأنهم ترعرعوا على التزمّت، والمبادئ المتحجرة الصارمة، لدرجة أنهم يعتبرون الجنس موضوعاً قذراً وحيوانياً، وهذا ما يجعلهم في المستقبل فاشلين من الناحية الجنسية.

إلا أن أطباء علم العلاج يشيرون إلى ظاهرتين برزتا في العقدين الماضيين، وهما تزايد موجة الأنوثة، والإدراك المتزايد لطبيعة المرأة الجنسية.

فالأنوثة دفعت بالمرأة إلى المطالبة بالمزيد من الرغبات، بما في ذلك المزيد من العلاقات الجنسية، فلم تعد المرأة تلعب دورها السلبي القديم، وأصبحت تقوم بدور أكثر إيجابية وإلحاحاً، وحتى أكثر تحدياً لرجولة الرجل.

ويقول رائدان في الأبحاث الجنسية: إن أقل من ٣ بالمائة من الإصابات بالضعف الجنسي يعود سببها إلى حالات جسدية كالآلام المزمنة، والسيلان، والإكثار من تناول الكحول، والمهدئات، وحبوب تخفيض ضغط الدم. ويعطي مدير مؤسسة للعلاجات الجنسية مثلاً على هذه الحالات فيقول: إن أحد مرضاه، وهو في الستينات، كان يمارس الجنس مع زوجته مرة في الأسبوع، إلى أن بدأ يتناول الحبوب لتخفيض ارتفاع ضغط دمه. ولم تمض بضعة أيام حتى بدأ يفقد طاقته الجنسية، والأسوأ من ذلك أنه عندما أطلع طبيبه على الأمر أجابه هذا الأخير بقوله: «وماذا تتوقع من رجل في سنك». ولأول مرة في حياته

شعر بأن حياته الجنسية قد انتهت، على الرغم من أنه كان يعلم في قرارة نفسه بأنه لا يزال قادراً على ممارسة الجنس. ومن حسن الحظ أنه استشار طبيباً أخصائياً آخر، وأطلعه على أمره، وكان هذا الطبيب أكثر تفهّماً للأسباب التي أدت إلى ضعفه الجنسي، فوصف له علاجات أخرى لتخفيض ضغطه، ولم تمض أيام حتى كان قد استعاد طاقته الجنسية، وعاد الهناء يخيم على حياته.

والسؤال الآن هل أن التقدم في السن يطفئ الجذوة الجنسية؟ لقد جاء في أحد التقارير أن حوالى ٢٥ بالمائة من الرجال يصبحون ضعفاء جنسياً وهم في الخامسة والستين من عمرهم، وأن ٢٧ بالمائة يبلغون هذه المرحلة وهم في السبعين، بينما يفقد ٥٥ بالمائة من الرجال طاقتهم الجنسية عندما يبلغون الخامسة والسبعين.

ومع ذلك يقول الأخصائيون في هذا الموضوع: إن قلة ممارسة الجنس بالنسبة إلى المتقدمين في العمر هي التي تؤدي إلى الفشل، عندما يود أولئك الأشخاص العودة إلى الممارسة. وقد وجد أحد الأطباء رجالاً في الثمانينات والتسعينات يمارسون الجنس على أفضل وجه، لا لسبب سوى أنهم لم ينقطعوا عن ممارسته طوال حياتهم.

وأياً كانت أسباب الضعف الجنسي، فإن العلاجات الحديثة أخذت تفتح آفاقاً جديدة مفعمة بالأمل للذين فقدوا طاقتهم الجنسية. وتأتي في طليعة هذه العلاجات الأساليب التي يتبعها طبيبان مشهوران، ماسترز وجونسون، والتي توصي بفصل الزوجين عن بيئتهما المعتادة، وأقاربهما، وأعمالهما اليومية. وبهذه الطريقة يتمكن الطبيب المعالج من تقييم طريقة حياة الزوجين، وتأثيرها على علاقاتهما الجنسية. فقد يكون الزوجان منهمكين في أعمالهما ونشاطاتهما المرهقة التي تحول دون التفكير بممارسة الجنس. وهكذا فإن هذه الفترة الانعزالية قد تساعدهما على وضع أسس جديدة لحياتهما اليومية، يحتل فيها الجنس مكانته المفقودة.

ومن جهة أخرى يتبع الدكتور المعالج طريقة مختلفة عن طريقة الطبيبين. فهو يوصي بمعالجة الزوجين في بيئتهما وأشغالهما اليومية، وهو يعتبر طريقته أكثر واقعية وأقل كلفة.

وعلى كل حال، فإن لكلا الطريقتين فوائدها الخاصة. فالطبيبان مثلاً يعتمدان على إقامة دورات من المناقشات، يحاولان فيها تحديد طبيعة الزوجين ومشاكلهما، والعوامل التي تؤثر في حياتهما، بالإضافة إلى إجراء فحوصات مخبرية وكيميائية حيوية عديدة، بما في ذلك فحص الجهاز التناسلي فحصاً دقيقاً لمعرفة ما إذا كان هناك سبب جسدي أو عضوي للمشكلة.

أما الدكتور المعالج فيقول: إننا نحاول إبعاد أي شعور سلبي تجاه الجسد، لذلك

نعمد إلى المناقشة الصريحة مع الزوجين، شارحين لهما دور كل عضو من أعضائهما. ومن ثم نبدأ مرحلة المداعبات، فنشجع المرأة والرجل على متابعة المداعبات في خلواتهما في المنزل لإثارة الرغبة المتبادلة.

وتقول طبيبة تدير مع زوجها، وهو طبيب نفساني، مركزاً لمعالجة مشاكل الجنس: إننا نعطي في بعض الأحيان «واجبات منزلية، كأن يقوم الزوج بتمليس شعر زوجته، والعكس بالعكس، كما نشجعهما على التعبير عن شعورهما وإحساساتهما العميقة بطريقة تتخطى مجرد الأخذ والعطاء من طرف واحد. وبهذه الطريقة يساعد الزوجين على تحرير شعورهما، وتركيز دعائم مبدأ الأخذ والعطاء المتبادل».

وتكون جلسات المناقشة شاقة في بادئ الأمر، وقد يشعر الزوجان بخيبة أمل جنسية كبيرة، إلا أن الحديث المتواصل يكشف في النهاية جذور المشكلة، ويفرض معالجات جديدة. والنجاح، كما هو معروف، يولد النجاح، إلى أن يتغلبا على مشكلتهما، وتعود حياتهما إلى نهجها الطبيعي. ويقول أحد الأطباء، وهو من أتباع طريقة الطبيبين (ماسترز وجونسون): «إن معظم حالات الضعف الجنسي يمكن معالجتها بنجاح بهذه الطريقة، سواء كانت رئيسية أو ثانوية، ونعني بالرئيسية تلك التي كان فيها الرجل منذ البدء عاجزاً عن تحقيق الانتصاب الكافي لممارسة الجنس ممارسة كاملة، بينما نعني بالثانوية بأن الرجل كان يتمتع في الماضي بطاقة جنسية طبيعية، إلا أنه يعجز حالياً عن إنجاز المباشرة الجنسية.

إلا أن النجاح في معالجة الضعف الجنسي لا يمكن قياسه بالإحصاءات المجردة. وتجد الطبيبة بعداً جديداً في عملها وهي تقول: «إننا غالباً ما نجد افتقاراً إلى المودة والإلفة بين الزوجين. وتمر الأيام دون أن تتمكن الحياة من توفير الفرصة الذهبية لإعادة بناء الجسور بينهما، أو خلق ذلك الجو الدافئ من المحبة والمداعبات الضروري لحياتهما الزوجية».

وتشدد شأنها شأن الأخصائيين الآخرين على الفوائد العاطفية والانفعالية في معالجة قضايا الجنس معالجة ناجحة. وهي تقول بهذا الصدد: «على الرغم من أن عدداً من الأزواج يلجأون إلينا لمعالجتهم من الضعف الجنسي، إلا أنهم يجدون بأن تحقيق هذا الهدف لا يتم إلا عن طريق تنمية صلات من المودة أعمق بكثير ممّا كانت عليه من قبل».

العطور والروائح وعلاقتها بالإثارة الجنسية

نعم.. إن العطور مصدر أساسي للإثارة الجنسية لدى العديد من الأجناس، إن البالغين من كلا الجنسين يحسون بإثارة جنسية بسبب الروائح، كرائحة الجسد، والعطور الطيبة. إلا أن معظمهم يظنون أنفسهم بعيدين عن الاستجابة لمثل هذه المثيرات.

ولكنه يُثار عند هذه النقطة السؤال التالي وهو: إن قواعد المحافظة على الصحة لدى الإناث آخذة بالانتشار، في نفس الوقت نرى أعداداً متزايدة من «أجيال الهيبز» يبدون وكأنهم لم يسمعوا بالاستحمام، رغم ذلك فليس هناك ما يمنع عندهم القيام بالممارسات الجنسية. هل هناك علاقة بين رائحة الجسد والسلوك الجنسي؟.

ـ إن كل ما هو متوفر من معلومات حول هذه المسألة يعد من باب النوادر، ولا يعتمد في التقصي العلمي. ولقد قيل بأن نابليون بونابرت كتب إلى زوجته أثناء عودته من إحدى حملاته طالباً إليها أن لا تستحم. ومع ذلك هناك معلومات وافية حول هذه المسألة، مُستمدة من دراسات مفصلة حول بعض أجناس الحيوانات الرئيسية، فمثلاً إن إناث القردة عند الهياج تفرز مواد مهبلية ذات رائحة خاصة، من شأنها إثارة الشهوة الجنسية عند الذكور من القردة بشكل ملحوظ. ويحدث نفس الشيء عند المرأة إذ يحرك الهياج الجنسي أيضاً الغدد الدهنية الواقعة في مدخل المهبل وفي جواره، فتفرز سائلاً مخاطياً كثيفاً من خلال الشفرين الكبيرين ذا رائحة خاصة تستثير شهوة الرجال وتقويها.

ويعتبر الشم إحدى مراحل الهياج الجنسي، ويلعب فيها الذوق دوراً هاماً. فالرائحة الطيبة تقوي الشهوة الجنسية، وبالعكس تخفضها ـ إذا لم تعدمها ـ الروائح الكريهة.

أما إذا اعتبرت روائح معينة أكثر إثارة من غيرها، فذاك أمر غير معروف لغاية الآن. فبعض الروائح، مثل رائحة المسك، تعتبر منذ زمن بعيد، أن لها مميزات تثير الشهبة الجنسية.

السعادة الجنسية!!

* للسعادة الجنسية شقان: الأول.. هو الاستمتاع الجنسي.. والثاني هو الانسجام الروحي والنفسي والوظيفي.

* ينبغي أن يعرف الشريكان أن إتقان فن الجنس يحتاج إلى وقت وصبر، واحتمال وتعاون وتعاطف.

* السعادة الجنسية هي بلوغ ذروة اللذة مع الاستمتاع، والإمتاع باللذة في الانسجام الحسي المتبادل بين الزوجين، الأمر الذي ينتج عنهُ شعور بالرضا والارتياح من إفراغ الطاقة الجنسية الكامنة فيهما، والتي تتوهج وتزداد من أثر المداعبات الحسية والجنسية.

الأساس:

وللسعادة الجنسية شقان: الأول هو الاستمتاع. والثاني هو الانسجام الروحي والنفسي والوظيفي بين الجنسين، وهذان الشقان هما أهم وأعظم مصدر للسعادة الجنسية،

وهما أساس الحب والود والتعاطف، ويجب أن نعلم أن المشاركة والاستمتاع والإمتاع بين الطرفين. . هي خلل في هذا يشمل التعاطف والحب والود بين الشريكين، ويؤدي إلى شعور مزمن ودائم بالتوتر العصبي، والضيق، والقلق، نتيجة لعدم الارتواء الجنسي.

فالجنس في الحياة الزوجية لهُ قيمة أساسية، إذ إنهُ يمدها بالمباهج واللذات وألوان الاستمتاع والنشوة، ويزيد من كمال الأشياء، ويضفي عليها البهجة والانسجام، ويجب أن نتبين جيداً أن الرابطة الأساسية للجنس هي رابطة روحية، ونفسية، نتيجة الاتحاد والاندماج، وبذلك تتحقق للطرفين كل ملذات الحياة والمتعة الجنسية.

فن:

لكن في المشاركة الجنسية يجب أن يعرف الطرفان ماهيتها وأهدافها، فهي كما قلنا تعني الإمتاع والاستمتاع من كلا الطرفين، وكذلك بلوغ ذروة اللذة الجنسية، وانطلاق الطاقة الجنسية الكامنة لدى كل منهما. ويجب أن يتقن كلاهما فن الملامسة الجنسية، وفي نفس الوقت ينبغي أن يعرف الشريكان أن إتقان فن الجنس يحتاج إلى وقت، وصبر، واحتمال، وتعامل، وتعاطف، ويختلف الحال بالنسبة للرجل عنه بالنسبة للمرأة في هذه الحال، إذ إننا ننظر دائماً للرجل على أنه هو الذي يأخذ الدور الإيجابي في الجنس، والمرأة تأخذ الدور السلبي، فهي دائماً خيالية وتهتم بالناحية الحسية، وكل تفكيرها محاط بالناحية النفسية والأحلام الوردية. ولذلك يجب على الرجل أن ينمي فيها القدرة الجنسية والحسية، وعليه يقع العبء في إيقاظ مشاعرها الحسية وكذلك تدريبها. .

ويأتي النشاط الحسي للمرأة تدريجياً، وهناك في جسم المرأة مراكز حسّية يجب تنميتها وتدريبها بواسطة الرجل، مثل الثديين وأرنبة الأذنين، والرقبة، وكذلك الأجزاء الداخلية من الفخذين، علاوة على أكثر جزء حساس لديها وهو البظر.

إذن فإن القول بأن الرجل هو الذي يأخذ الجانب الإيجابي في المعاشرة، هو قول ليس صحيحاً مائة في المائة، فالمرأة لها دور كبير أيضاً في إثارة الرجل، ولكن قد يمنعها الحياء والخجل من أن تظهره. ومهمة الرجل في بداية المعاشرة الجنسية هو الأخذ بيدها، وإذابة هذا الخجل إلى حدّ ما من حياتها. وعلى المرأة أيضاً يقع عبء ليس بالسهل في إثارة زوجها، وحثه على المعاشرة الجنسية، وبيدها كذلك أن تجعله مهزوز الثقة بنفسه، وقد يصل هذا إلى درجة إفلاسه جنسياً، لدرجة أنهُ قيل مؤخراً إنهُ ليس هناك رجل عنيناً بطبيعته، ولكن السبب الأساسي هو المرأة المشاركة لهُ. . أي زوجته. . ويجب أن نعلم أنهُ قد يحدث أثناء المشاركة الجنسية بعض ما يقال عنهُ أنهُ شذوذ جنسي، ولكننا نؤكد أن ذلك ليس بالشذوذ، إلا إذا كان المرء لا يستمتع إلا بهذا النوع من الملامسات، ولكن كونه يتم بالمصادفة أثناء الملامسة الجنسية، فإننا لا نعتبره شذوذاً جنسياً.

ومع ذلك فإننا لا نستطيع أن ننكر أن السعادة والهناء العائلي يتوقفان بدرجة كبيرة جداً على السعادة الجنسية. فإن إفراغ الطاقة الجنسية الكاملة ينتج عنهُ الهدوء النفسي للجنسين، وكذلك الهدوء الفسيولوجي للأعضاء التناسلية الخاصة بكل منهما.

وإذا شعر الرجل أنهُ لا يستطيع أن يطفئ ظمأ زوجته جنسياً، ولا يدعها تستمتع بالسعادة الجنسية، فإنه قد ينقلب إلى شخص فاتر، دائم التوتر، يثور لأتفه الأسباب، وقد يعامل زوجته معاملة قاسية، وهي بدورها وبسبب التوتر المصاحب لها وخيبة الأمل، ترد عليه بانفعالات قاسية.. وتنقلب الحياة بينهما إلى شقاء وجحيم.

ومن الناحية الأخرى إذا لم تشعر الزوجة بالسعادة الجنسية الكاملة، وبالاسترخاء الجنسي من اكتمال واستمتاع، فإنها تصبح دائمة التوتر، ودائمة الشكوى من أمراض غير موجودة: عضوية وغير عضوية.

كما أن أعضائها التناسلية قد تصاب بالاحتقان المزمن، ويؤدي ذلك إلى كثرة شكواها من الآلام الروماتيزمية وتحيا تعيسة.

ولبلوغ قمة الإمتاع والاستمتاع، فإننا يجب أن نكون على دراية تامة بالعملية الجنسية، وميكانيكيتها، والاستجابة الجنسية للإنسان تتلخص في أربعة أطوار:

١ ـ الإثارة الجنسية.

٢ ـ الاندماج أو الاستمرار.

٣ ـ الشبق الجنسي والقذف.

٤ ـ الاسترخاء الجنسي أو ما بعد الشهوة.

ويمر الإنسان في هذه الأطوار بالتسلسل، والرجل يختلف عن الأنثى، في أنه يمضي في تسلسل حتى يصل إلى القذف أو الشبق، ويتبع ذلك استرخاء، ولا يمكن إثارته مرة أخرى إلا بعد فترة تختلف مدتها من شخص لآخر. في حين أن المرأة يمكن إثارتها مرات متعددة بعد وصولها إلى الشبق أو اللذة الجنسية. والطور الأول أو الإثارة ينتج عن عوامل عدة منها الملامسة، أو المداعبة في بعض الأجزاء الحساسة من الجسم، أو بالنظر، أو الشم، أو السمع، كما أنه قد يتبع بعض الإثارة النفسية أو التخيلات، وفي هذا الطور يتحرك العضو المرتخي البولي، وهذا العضو منتصب صلب، ويتحول المهبل المنقبض الجاف إلى وعاء به بعض الانتفاخ، ليكون مستعداً لاستقبال العضو الذكري. وتنتفخ الشفرات، ويلين الدهليز بواسطة إفرازات غَدتَي بارثولين. كذلك قد ينتصب البظر إذا كان موجوداً.

وفي المرأة يحدث بعض التغيرات في الثدي، ويتحرك الرحم، وتحدث به

الانقباضات، كما تحدث بعض الانقباضات في المهبل وعضلاته. وأما في الرجل فتحدث هذه الانقباضات ابتداءً من البربخ، والحويصلة المنوية، والبروستاتا مع انقباضات في العضلات المحيطة بقاعدة العضو.

وتعطي كل هذه التغيرات الجنسية قيمة اللذة والسعادة الجنسية، التي لا يمكن وصفها، ولكن يمكن الشعور بها. وبانتهاء هذه الأطوار يكون الجسم قد أفرغ الطاقة والشحنة التي تكونت نتيجة للأطوار السابقة كلها، ويدخل الجسم في حالة استرخاء تام، فيذهب الشخص للنوم مستريحاً سعيداً، وتمضي الحياة بهيجة دون مشاكل.

الرعشة الجنسية قبل الولادة وبعدها

تكون العلاقات الجنسية الأولى بين العروسين في أول سنة من الزواج غير مكتملة، وفي طور التجربة، ويكون التوافق الجنسي والنفسي ناقصاً، ولكن بعد الولادة ومجيء الطفل، تزداد المحبة والمودة والألفة بين الحبيبين، وتتطور علاقاتهما الجنسية.

وبسبب الحمل المفاجئ في أول سنة من الزواج، يمتنع كثير من الأزواج عن مجامعة زوجاتهم لأسباب تتعلق بالبيئة، والأخلاق، وعادات المجتمع، والخوف من الإجهاض، وأحياناً يكون ذلك بسبب «القرف الجنسي» الذي يرافق الوحام عند المرأة، ويصل إلى حدّ كره الزوج، وهذا كله لا يتيح للعروس الحامل اختبار الممارسات الجنسية الأصيلة والرعشات التي تنتج عنها.

وبعض النساء يشكين في أول عهد الزواج من تقلصات شديدة، ينتج عنها أوجاع لا تطاق خلال الممارسات الجنسية، وهو ما يسمى بمرض: «الفاجينيسم Vaginisme»، وأسباب هذا المرض هي على الغالب نفسية، ترتبط بسوء التربية الجنسية عند الفتاة، ولها صلة باعتقاد سائد بين المتزمتين عن عدوانية الذكر، والخوف من الأمراض... الخ. كل هذا بالطبع يولد نفوراً عند الزوج الذي لا يستطيع، مهما حاول، إيلاج القضيب في المهبل، ممّا يمنع المرأة من وصولها إلى الرعشة واختبار المتعة الجنسية، ولكن ولادة الطفل بالنسبة لها هو مجرد «توسيع» لمسالكها التناسلية، وإزالة الحواجز التي كانت تقف عائقاً أمام القضيب، فتعيش حياتها الجنسية من جديد لأول مرة بعد زوال التقلصات المهبلية ألّلا إرادية.

وتشعر المرأة أحياناً بالقلق، أو ينتابها شعور بالذنب، إذا هي حصلت على متعة جنسية، وذلك ناتج عن عادات اجتماعية متزمتة، ولكن ما إن تتم الولادة الأولى حتى تشعر المرأة بالارتياح، ويزول شعورها بالذنب، فتعتقد بأن إنجابها للطفل هو «الضريبة» المتوجبة

عليها، وقد دفعتها، وأصبح بإمكانها من الآن فصاعداً ممارسة الجنس براحة ضمير بعد أن كان محظوراً عليها بأمر ذاتي من نفسها.

والولادة بدورها تطمئن المرأة على أنها قادرة على الإنجاب، وتزيل عنها الأوهام التي قد تكون عالقة في ذهنها على أنها عاقر، كما تعيد فتح عدد من الأبواب التي تؤدي إلى حل مشاكل نفسية عميقة مثل الخوف من الطلاق إذا هي لم تحمل، والخوف من البيئة، وكأن هدفها الأول من الزواج هو الحمل، وليس تحقيق الرغبات والمتطلبات الجنسية واختبار الرعشة.

وأيضاً: فإن بعض التغيّرات التي تحدث في توازن الهورمونات الجنسية في الدم خلال الحمل وبعد الولادة، يساعد على تركيز الأحاسيس الجنسية وتعميقها، كما أن الرضاعة غالباً ما يرافقها استثارة جنسية، نظراً لما تتميز به منطقة الحلمة من حساسية جنسية بالغة في هذا الخصوص .

إن معرفة الإنسان بطريقة إشباع الرغبة الجنسية عن طريق مداعبة العضو التناسلي، تأتي عرضاً بصفة عامة، هذا مع العلم أن كثيراً من الفتيان والفتيات يعلمون بوجود مثل هذه الإمكانية عن طريق أشخاص متمرسين.

وبالنظر إلى أن هذا الموضوع المتعلق بالثقافة الجنسية محاط بالغموض الشديد، فإن من النادر أن يعلم الفتى أو الفتاة حقيقة العادة السرية. وعلى النقيض من ذلك فإن معرفة هذه الحقيقة تكون ضرباً من المستحيل، ممّا يجعل التفكير في العادة السرية أمراً شريراً خاطئاً يلحق العار بصاحبه. ويخيل للإنسان عندها بأن العادة السرية مذهبة للصحة والعقل. ومن أكثر الخرافات شيوعاً في هذا المجال أن العادة السرية تفضي بصاحبها إلى الجنون.

ينبغي منذ البدء أن نؤكد على هذه الناحية، وهي أن العادة السرية منتشرة بين جميع الناس، وفي كل مكان من الدنيا. ويقدر الخبراء بأن ٩٦ بالمائة من الرجال، وأن نسبة عالية من النساء، قد مارسوا هذه العادة في مرحلة معينة من مراحل العمر.

وبالرغم من النظرة الشاملة التي ينظر الناس بها إلى هذه العادة، ومع ما يرافقها من إحساس بالعار، والذنب، والخوف على الصحة والعقل من آثارها، فإن ذلك كله لم يساعد أبداً على الإقلال من ممارستها. إذن فالواضح أن العادة السرية عمل عادي، ولكن ذلك يتوقف على نظرة الناس إليه.

وربما كان أخطر ما في الأمر، كما يعتقد رجال الطب، هو أن معظم الشباب الذين ينفسون بالعادة السرية عن رغباتهم الجنسية الحبيسة، يتعرضون دائماً لصراع عقلي ناشئ عن الشعور بالخجل والذنب، مما قد يؤثر تأثيراً خطيراً على قدرتهم على الانسجام مع حياتهم الاجتماعية والجنسية.

فالشاب أو المرأة اللذان يمارسان العادة السرية، يتعرضان دائماً لصراع يائس لا ينتهي في سبيل التغلب على هذه الرغبات «الخبيثة».

وإذا شعر الإنسان بالاحتقار لذاته، واعتوره إحساس بالذنب بسبب ممارسته للعادة السرية، فإنه يصمم على التوقف عن ممارسة هذه العادة. ولكنه لا يلبث أن يقع في شراكها، وهكذا تظل نفسه ممتلئة بالإحساس بالاشمئزاز من نفسه بالذات.

وفي صراعه اليائس مع العادة السرية، يجرب الإنسان كل وسيلة سمع بها لكي يظل مسيطراً على حوافزه الجنسية، كأن يتناول أطعمة معينة، أو يأخذ حمامات باردة، أو يستيقظ مبكراً، أو يمارس الرياضات العنيفة الشاقة. وقد ينجح الإنسان أحياناً في مسعاه فيمتنع عن العادة السرية، ولكنه لا يلبث أن يقع في حبائلها مرة بعد أخرى، وهكذا يجد نفسه في النهاية أسير حلقة الإحساس بالذنب. ويزداد يقينه بأنه إنما يحطم حياته بيده، وأنه ضعيف الأخلاق والشخصية، نظراً لأنه لم يستطع الخلاص من عادة تسبب له كل هذا الانحلال.

وفضلاً عن ذلك، فإن الفتى أو الشاب يخاف من أنه، بسبب ممارسته العادة السرية، يدمر قواه الجسدية، ويضيع طاقته الحيوية التي ينبغي أن يحتفظ بها للاستفادة منها في عمله، أو دراسته، أو أي غرض آخر مفيد.

ولكن الحقيقة هي أن الأذى الذي يلحقه مثل هذا الشخص بنفسه، لا يأتي من ممارسة العادة السرية نفسها، وإنما من الصراع النفسي الذي يخوضه الإنسان ضد هذه العادة. إن الصراع المستمر، والإحساس بالعار، وفقدان الثقة بالنفس، والتفكير الدائم الذي لا ينقطع بذنب اقتراف العادة السرية، هي العوامل التي تلحق بالإنسان الأذى الكبير. ولذلك فإن من الأهمية بمكان أن يتحادث الآباء والأبناء حديثاً صريحاً حول هذا الموضوع لإنقاذ الصغار من أضرار نفسية لا مبرر لها.

ليس من المحتمل بطبيعة الحال أن نجد إنساناً يذكر العادة السرية بالخير أو يدافع عنها، ولكن من المؤكد أن هنالك عدداً كبيراً من الخبراء في شؤون هذه الصحة والنفس الذين ينكرون هذه الشائعات والمعتقدات المخيفة المحيطة بهذه العادة.

ومع أن العادة السرية ليست الطريقة الطبيعية لإشباع الرغبة الجنسية عند المتزوجين، فإن دوافعها بالنسبة للعزاب طبيعية ومعروفة. إن تركيب المثانة ووظيفتها هما خير ما يمكن أن يتضح بهما هذا الأمر. إن المثانة هي العضو، أو الكيس، الذي ينحدر إليه البول من الكليتين، حيث يتجمع في انتظار لحظة الإفراغ.

وعندما تمتلئ المثانة بالبول، تنطلق شارات عصبية إلى الدماغ، فيستجيب الإنسان لهذه الشارات بالذهاب إلى المرحاض.

والعادة السرية هي من الناحية الأساسية شبيهة بعملية إفراغ البول. فالأوعية المنوية تشبه في وظائفها المثانة. وعندما تمتلئ هذه الأوعية تسبب الضغط على ما حولها من نهايات الأعصاب، وعندئذ يحدث الحافز الجنسي.. غير أن هذا الحافز الجنسي أعمق جذوراً، وأبعد أثراً من الإحساس بالحاجة إلى إفراغ المثانة. ومع ذلك فإن هذا وذاك من

ناحية آلية الجسم مشابهان تماماً، فكلاهما إشارة إلى الدماغ بأن العضو ممتلئ، وأنه في حاجة إلى التفريغ.

هنالك معتقدات قديمة ما تزال شائعة حتى الآن بأنه إذا سمح للمني بالبقاء في أوعيته، فإن الجسم يعود إلى امتصاصه واختزانه كطاقة يستفاد منها في القيام بأوجه نشاط أخرى. ولو صحت هذه النظرية لكانت خير رادع يجب أن يردع الإنسان عن مزاولة العادة السرية، ولكنها غير صحيحة.

لقد خلق المني لغرض واحد فقط، هو أن يحمل نطفة الذكر عند قذفه لتلقيح بويضة الأنثى، فإذا لم يستخدم في هذا الغرض، فلا ضرر من التخلص منه، ومهما تكن الطريقة التي يتم بها التخلص من المني، فإن فقدان هذه المادة لا يعني بحال من الأحوال فقدان النشاط أو القوة.

إن الرجل العادي السليم يتخلص من المني الزائد في جسمه عن طريق الاحتلام، كذلك فإن جانباً ضئيلاً من المني يخرج من أوعيته، ثم يختلط بالبول الخارج من الجسم. غير أن الطبيعة من هذه الناحية بطيئة، ولا يعتمد عليها بصورة دائمة، إذ تمتلئ الأوعية المنوية، ويشعر الإنسان بالأحاسيس والدوافع الجنسية التي قد تسبب له ضيقاً عقلياً وجسمانياً. وهكذا تأتي العادة السرية لإزالة الضغط وإحداث الراحة.

إن الرأي الطبي حول الآثار الحقيقية للعادة السرية، قد تبدل تبدلاً عظيماً خلال السنوات الأخيرة. ولقد تأكد الآن بصورة جازمة أن الأضرار التي كانت تعزى إلى هذه العادة خاطئة ومبالغ فيها. بل أن بعض الثقات من يقول إن الاعتدال في ممارسة هذه العادة، بحيث لا يتعدى ذلك مرة أو مرتين في الأسبوع، هو في حد ذاته لا يسبب أي أذى جسدي للإنسان إذا كان صحيح الجسم.

والعادة السرية لا تسبب الجنون، أو البله، ولا تؤذي الدماغ. ولا بد من الإشارة هنا إلى أن المصابين بالتهابات دماغية ناشئة عن مرض الزهري عرضة لممارسة العادة السرية، وربما كان هذا هو الأصل الخاطئ للظن بأن هذه العادة تسبب الأمراض العقلية. والشخص الذي يمارس العادة السرية باستمرار إذا أصيب بالجنون، فإن أصابته تكون ناشئة عن مرض خطير. وفي حالة الإصابة بمرض عقلي، فإن الإحساس بالذنب والعار الناشئين عن ممارسة العادة السرية، يؤدي إلى تعقيد المرض العقلي.

والعادة السرية لا تترك أي أثر على ملامح الإنسان أو جسمه. ومع ذلك فإن هنالك كثيرين من الدجالين وأدعياء الطب والمعرفة ممن يزعمون أن جريمة اقتراف العادة السرية، تنطبع آثارها على وجه الإنسان. وهم بذلك إنما يستغلون جهل الشخص بحقيقة الأمر لكي يبتزوا أمواله بحجة معالجته من هذه العادة.

وعلى كل حال فإن الإنسان الذي يمارس العادة السرية، يمكن أن يتحول إلى شخص خجول، ينفر من مواجهة الناس، وما ذلك إلا بسبب ما يشعر به من ذنب خبيء. غير أن الخجل والانطواء وحدهما لا يشكلان دليلاً على ممارسة العادة السرية.

ليست هنالك أدنى علاقة بين العادة السرية وحجم العضو المذكر، أو أي من الخصائص الخارجية. وقد قيل إن عضو الأنثى التي تمارس العادة السرية يتضخم ويتغير لونه، وهذه أكذوبة أخرى.

كذلك فإن العادة السرية لا تؤدي إلى انسداد مجرى البول عند الذكر. إن مثل هذا الانسداد يحدث بسبب السيلان، أو الالتهابات الأخرى التي تصيب هذا العضو الحساس. والدور الوحيد الذي تلعبه العادة السرية هنا هو أنها تهيج الأنبوب، مما يساعد على تجمع الجراثيم.

أضرار العادة السرية

إن العادة السرية بديل ضئيل لا يشبع عن المعاشرة الجنسية الطبيعية. فهي بحكم كونها عملاً فردياً لا تؤدي إلى تلك الراحة الجسدية والعاطفية التامة التي يعقب المعاشرة.

وفي أغلب الأحيان يجد الإنسان نفسه بعد ممارسته للعادة السرية في حالة من الاشمئزاز والغضب والتوتر التي يزيد من آثارها الشعور بالضعف والنقص. وهذه قد تؤدي إلى بروز أعراض عصبية في عدادها التضارب العقلي الذي يؤثر على تصرفات الإنسان في المجتمعات، فضلاً عن السلوك الجنسي.

وإذا تمادى الإنسان في العادة السرية فترة طويلة من الزمن، فإن هذه العادة قد تؤدي إلى تهيجات موضعية، واحتقانات في الأعضاء التناسلية. وبالنظر إلى أن الأوعية الدموية المختلفة تظل في حالة دائمة من الإثارة والاحتقان، فإن وظائف المثانة لا بد أن تتأثر بهذه الحالة، أي أن الإنسان المفرط في ممارسته للعادة السرية نراه يكثر التردد على المرحاض لإفراغ مثانته. وفي بعض الأحيان ينساب البول إلى خارج الجسم دون أن تكون للإنسان قدرة على التحكم في مجراه.

ومن البديهي أن الإفراط في ممارسة العادة السرية قد يؤدي إلى حدوث ضعف تدريجي في القدرة الجنسية تماماً كالإفراط في ممارسة الجنس، وقيل هو مثل الزكام وانعدام الرغبة في المعاشرة الطبيعية، أو عدم القدرة على المعاشرة. وفي أحيان كثيرة قد يدفع الرجل أو المرأة اللذان يمارسان العادة السرية ثمن هذا الإشباع الناقص للرغبة الجنسية، إذ قد يصابان بالبرود الجنسي الناشئ عن العجز عن الاستجابة الكافية للإثارة التي تحدثها المرأة في نفس الرجل، أو الرجل في نفس المرأة. فإذا كان الرجل المصاب بالعادة السرية متزوجاً، فإن ضعفه عن أداء

واجبه الزوجي، أو انصرافه عن هذا الواجب، كفيل بأن يخلق فيه شعوراً بالتقصير الذي يتطور إلى اليأس، وإذا أوغل الإنسان في يأس من هذا القبيل، فإن احتمالات إصابته باضطرابات عصبية جنسية تصبح كبيرة. وكذلك الزوجة التي تجد نفسها محرومة من إرضاء رغباتها الجنسية الطبيعية، تشعر بخيبة الأمل في شريك حياتها، ولا يمكن أن تكون راضية أو سعيدة به، وقد تتحول هي أيضاً إلى اليأس، فالإصابة بمرض عصبي جنسي.

ليست العادة السرية مقتصرة على الذكور، فهنالك كثيرات من الإناث يمارسن هذه العادة، ومع أن عددهن أقل من عدد الذكور، فإن آثار هذه العادة على الفتاة قد تكون أخطر بكثير من آثارها على الفتى.

فإذا كانت العادة السرية في بعض الأحيان تؤدي إلى إصابة الذكر بالعنة، فإنها قد تؤدي إلى إصابة الأنثى بالبرود الجنسي. وما أكثر النساء اللواتي يؤكدن أنهن لا يستمتعن بالمعاشرة الجنسية، إن مثل هذه الحالة قد تكون ناشئة عن ممارسة العادة السرية.

إن البظر هو مصدر الإثارة الجنسية الأول عند المرأة، ولكن الشفرين أيضاً يتحسسان بالمداعبة الجنسية، ويسببان إثارة المرأة جنسياً، ولذلك فهما يلعبان دوراً هاماً في تحقيق المتعة النهائية عند المرأة.

والمرأة عند ممارسة العادة السرية تركز اهتمامها على البظر، ولكن هذا إذا تعرض للاحتكاك الدائم فإنه قد يصبح قليل التحسس، والنتيجة الطبيعية لذلك تضاؤل الرغبة الجنسية عند المرأة أو زوالها.

وهكذا يصبح العمل الجنسي أضعف من أن يرفع المرأة إلى مستويات عالية من النشوة.

ثم إن العادة السرية عند المرأة قد تؤدي إلى بلوغها النشوة قبل الأوان، كما يحدث عند الذكر من قذف قبل الأوان. بوسع المرأة بعدها أن تستمر في العمل الجنسي، ولكنها في هذه الحالة تكون شاعرة بالاشمئزاز من العمل الجنسي، وبذلك تخلق هوة عاطفية سحيقة بينها وبين زوجها.

العادة السرية والضعف الجنسي

هل تكون العادة السرية التي يغرق فيها المراهق سبباً في هذا القلق والشرود.. وهذه الأعراض التي تظهر عليه؟

هذا السؤال يجيب عليه أحد الأخصائيين: لا.. إنَّ هذا الاعتقاد خاطئ.. فكل الشكوى تكون عبارة عن ترجمة لحالة القلق التي يعيش فيها.. وليست نتيجة العادة السرية.

بهذه المناسبة.. أريد أن أسأل عن العادة السرية عند المراهقين:

إذا تصورنا أن هناك سُلّماً يمثل التطور الجنسي.. فإن العادة السرية هي إحدى درجات هذا السلم.

إنها مرحلة قل من لا يمر بها في حياته.. ففي مرحلة من حياة الشاب يجد أنه غير متيسر له ممارسة الجنس بطريقة طبيعية، وهكذا لا يجب أمامه إلاّ العادة السرية فيمارسها.

وهنا يجب أن أكرر.. وأكرر مرة أخرى أننا يجب ألا نبالغ في الحديث عن مضار العادة السرية.

بل يجب أن نضعها في مكانها الصحيح..

إنها مرحلة مؤقتة.. يمر بها المراهق.. ولكن لا يجوز أن يفرط في هذه العادة.. فمن هنا يبدأ الضرر..

فالإفراط في أداء العلاقة الجنسية السليمة مضر..

والإفراط في العادة السرية له نفس الضرر..

ومن هنا.. إذا بدأ المراهق في أداء العادة السرية فلا يجوز أن يفرط..

والخروج بالشاب من الانطواء الذي يصاحب فترة البلوغ عن طريق الحياة الاجتماعية المتجددة.. المليئة بالحيوية هو أحسن وسيلة لإنقاذه من هذا الإسراف الذي قد يتورط فيه في العادة السرية.

أما المبالغة الكاذبة في وصف مضار العادة السرية، فهذا خطأ كبير.. فليس صحيحاً أنها تصيب من يؤديها بالعمى أو الشلل.

ومن هنا يمكن أن نتصور حال المراهق المسكين:

إنه يسمع هذه الإشاعات الكاذبة عن مضار العادة السرية.. وإنها قد تصيبه بالعمى أو الشلل..

وفي نفس الوقت يجد نفسه مضطراً إلى الانغماس فيها..

إنه بذلك يعيش في دوامة من العذاب.

وبدلاً من هذا الإرهاب الوهمي، يجب أن نضع هذه الحقائق أمام المراهق:

الإفراط في أداء العادة السرية له مضار.. ولا ضرر من ممارسة العادة السرية بدون إفراط.. ا هـ.

وقال أحد الأطباء حول سؤال: هل العادة السرية جريمة أو عمل ضار؟ قال: ليست العادة السرية جريمة، فكل إنسان حر في جسده، ولكن الإسراف في مزاولتها يسبب إرهاقاً ذهنياً يعوق الفتاة عن التركيز، لذلك يجب الإقلال منها ما أمكن...

وقال طبيب آخر تحت عنوان: أوهام حول العادة السرية: ما من شيء أخذ كثيراً من

الاهتمام، وكثرت حوله الأقاويل والنظريات، سواء في الدين أو العلم مثل العادة السرية. . وكثيرون من المربين وأولياء الأمور والعامة لا يزالون يصدقون ما كان يقوله أطباء القرن التاسع عشر من مضار العادة السرية، ومن أنها قد تؤدي إلى الصرع، والنحافة، والضعف العام، والشحوب، وقد تؤدي بمن يزاولها إلى الجنون.

ويجب أن نحذر هؤلاء الذين يربون في أولادهم الخوف من العادة السرية على أنها شيء غير طبيعي، ومخجل، ومحرم، ويدل على سوء الخلق، لأن هذا الخوف يؤدي إلى اعتقاد أبنائهم أن خروج المني من أجسادهم بطريق العادة السرية سيضعف بنيتهم، وقد يعود عليهم بالضرر الجنسي في حياتهم المقبلة، وبذلك يقتنع الشباب بأنها ضارة بهم، وتؤدي بهم إلى العنة، ويبقى في عقلهم الباطن أن ما فعلوه أو يفعلونه هو إثم وعمل مشين، وتزداد عندهم المخاوف، ويرسخ اعتقاد كل شاب بأن ما يقوم به هو عمل مكروه، ويؤدي إلى تمركز الشعور بالجرم الكبير، ويدخل في صراع الاحتقار النفسي وبداخله كثير من الخوف، ويتملكه الخوف من الجنس الآخر، ويكون دائماً مهموماً، مشلول التفكير، ويصبح سريع الإثارة، والتهيج العصبي والنفسي، وكل ذلك يسبب عقدة الذنب من أن ما يمارسه هو عمل خاطئ، وكلما حاول الابتعاد عنها فإنه لا يستطيع، ويزداد في مزاولتها، مما يسبب له احتقان في مجرى البول الخلفي والغدد التناسلية، ويزيد ذلك من كثيرة تهيجه واضطراره إلى مزاولة العادة السرية ويزداد في الانطواء والتفكير، فيؤدي به ذلك إلى الإفراط مرة أخرى في مزاولتها، وهكذا يدخل في حلقة مفرغة يدور فيها.

العادة السرية متنفس:

أما إذا تعلم الشاب ما هو حقيقي وصحيح، وأن حوالى ٩٠٪ من الشبان، و ٧٠ـ ٨٠٪ من الشابات يزاولون العادة السرية طبيعياً في سن معين بدون أي أثر ضار، وأن ذروة ممارستها ينحصر بين سن ١٤ـ ١٦ سنة، وبتقدم السن فإن الشاب يبدأ في الابتعاد عنها تدريجياً باحثاً عن الجنس الآخر. . .

وبعض علماء الجنس يقرون أن العادة السرية هي منفذ ومتنفس طبيعي للشبان، ويقولون إن هناك معدل طبيعي هو بين مرتين وعشر مرات شهرياً بدون أي ضرر يذكر.

الإسراف في العادة

يقال: إذا زاد عدد المزاولة عن مرتين في اليوم، فإن هذا يدل على أن الشاب أو الشابة في حالة قلق نفسي مع توتر واضطراب وعدم استقرار. . وقد يكون ذلك بسبب فقدان الاستقرار بين الفرد والبيئة. وقد تكون كثرة مزاولة العادة السرية وسيلة من وسائل الهروب والخوف من شيء مجهول، كما قد تكون متنفساً عن الوحدة والانطواء.

خطورة العادة السرية عند البنات

والأنثى تزاول العادة السرية غالباً بالاحتكاك المنظم، وخطورتها عند البنات تكمن في نقطتين من الوجهة الطبية:

أولاً: لا يتم إشباع الرغبة الجنسية إشباعاً كاملاً، مما يتسبب عنه حدوث احتقان مزمن بالحوض، قد يؤدي إلى اضطرابات في الدورة الشهرية، مع حدوث آلام تسبق نزول الطمث، وكذلك زيادة في كمية دم الحيض، وأيضاً يتسبب احتقان الحوض في زيادة الإفرازات المهبلية...

ثانياً: أثناء ممارسة العادة السرية تكون كل الحواس مجندة للشعور باللذة الجنسية دون غيرها، وقد يتمزق غشاء البكارة دون وعي، خاصة إذا ما استعمل جسم صلب لممارسة العادة السرية.

طريقة الخلاص

لا علاج للعادة السرية في فترة المراهقة، فهي ليست مرضاً، ولكن المريض هو الشاب المتوتر الذي ينظر إلى ما يفعل على أنه جرم لا أخلاقي، وهنا يجب تهدئة نفسية هذا الشاب، بل وإفهامه أن هذه فترة تمر بكل إنسان مع مراعاة توفير وتهيئة الظروف المناسبة لشبابنا وفتياتنا لاستغلال طاقاتهم، مع شغل أوقات فراغهم، وذلك بالاندماج في أي نشاط...ا هـ.

ويقول أحد الأطباء: العادة السرية: (Masturbation) وتعرف أيضاً: «بالاستمناء باليد»، شائعة في المراهقة والشباب، حيث يمارسها المراهقون والمراهقات، والبالغون والبالغات من وقت لآخر بطرق مختلفة، ولدواع متباينة، وتؤكد معظم الدراسات أن ثمانين إلى تسعين بالمائة من الذكور يمارسون العادة السرية، إمّا بشكل منتظم، أو غير منتظم، وأن خمسين إلى ستين بالمائة من الفتيات يمارسنها من حين لآخر.

وعادة تتم إجراءات العادة السرية ـ «الاستمناء» ـ بمداعبة العضو التناسلي باليد، مع استحضار أفكار وخيالات جنسية مثيرة، أو استعراض صور عارية خليعة، ومداومة المداعبة والاحتكاك المنتظم، حتى يصل ممارسها إلى قمة الشهوة، ويحصل على ذروة الشبق والنشوة.

ولقد شاع الربط بين إدمان العادة السرية والإصابة بالجنون، والضعف الجنسي، والعمى، والقذف المبكر، والانهيار العصبي، وغير ذلك من الاضطرابات. وبالطبع فإن هذا الاعتقاد يُجافي الحقيقة، وليس له أي أساس علمي، إذ لو صح ذلك لامتلأت مستشفيات الأمراض العقلية بالذكور والإناث من ممارسي العادة السرية، بل لضاقت تلك المستشفيات إزاء أعدادهم الغفيرة. ولعل شيوع الاستمناء والاستعراض الجنسي العلني بين

المهووسين، والمخبولين، والمجانين، هو مبعث هذا الاعتقاد الخاطئ بأن العادة السرية تورث الجنون. وهو لا شك خطأ يستوجب التصحيح. ففرق كبير بين أن يكون الاستمناء أحد مظاهر الاضطراب العقلي، وبين اعتباره سبب هذا الاضطراب، والذي لا شك فيه أن العادة السرية إجراء طبيعي يمارسه الشباب من الجنسين لإطفاء الشهوة الجنسية لديهم، وتصريف الإفرازات المختزنة داخل أجسامهم، وهو إجراء بديل للجماع غير المتيسر للشباب، وليس صحيحاً أن الاستمناء يورث الجنون، والهزل، والإنهاك، ويعرقل النمو البدني والذهني، ويفضي إلى الشذوذ، واضطراب العقل، والارتخاء، ولكن المؤكد أن الإسراف في العادة السرية يؤدي إلى احتقان الأعضاء التناسلية في الذكر والأنثى على السواء، ويعرضهما للقلق والاكتئاب نتيجة للشعور بالذنب الذي يستقر في نفوس ممارسي العادة السرية من كثرة ما يُنسب إليها من خزعبلات، تشعرهم بالإثم إزاء ممارستها، ولكل فتى أو فتاة طريقته في ممارسة العادة السرية، فمنهم من يستعملون أيديهم في الإجراء، ومنهم من ينبطحون على بطونهم ويتحككون في المرتبة محتضنين الوسادة، متخيلين أنهم في حالة جماع حقيقي، حتى يصلون إلى قمة الشهوة وذروة الشبق، وفريق ثالث يكتفون باستعراض الصور العارية، والمناظر المثيرة، والهيام في خيالات وأحلام جنسية، حتى تتحقق لهم اللذة المنشودة دون حاجة إلى مداعبة أعضائهم الجنسية باليد أو بغيرها، وهذا الأسلوب أكثر شيوعاً في الفتيات عنه في الفتيان.

وعادة يجتاز الشباب من الجنسين هذه المرحلة بسلام دون الحاجة إلى تدخل من الأهل لاكتشاف الأسرار، والترهيب من العواقب، أو التأنيب على سوء السلوك، وقد يكون من المفيد تجنب التوابل في الغذاء، والحد من تعاطي المنبهات كالقهوة، والشاي، والكاكاو، ومشروبات الكوكاكولا، وتجنب التدخين. . .

والجدير بالذكر أن بعض النساء يمارسن العادة السرية لإخماد الشهوة الجنسية، وإطفاء لظاها في أحوال معينة، لا يتيسر فيها ممارسة الجماع المشروع كفئة المطلقات والأرامل والعوانس، وفي غيبة الأزواج لدواعي السفر، أو لمرضهم المزمن بأمراض تعوقهم عن مجامعة زوجاتهم، كما أن بعض الزوجات تمارس هذه العادة استكمالاً لجماع ناقص نتيجة لسرعة القذف لدى أزواجهن، فلا يُتاح لهن الوصول إلى ذورة الشبق وقمة الشهوة، فيلجأن إلى العادة السرية لإشباع الشهوة واستكمال المتعة.

من ذلك يتبين أن ممارسة العادة السرية باعتدال أمر طبيعي لا يدعو إلى الانزعاج، ولا يضر بالصحة، ولا يجلب الجنون، ولا يسبب العُنَّة ـ أي العجز الجنسي ـ ولا يعدو كونه مجرد تجربة يجتازها أغلب الشباب بسلام كإجراء طبيعي، يلجأون إليه للتخلص من شهوة عابرة، في ظروف غير مؤاتية للجماع المشروع.

ويقول أحد الأطباء: توجد عند الشخص العادي معتقدات خاطئة عن العادة السرية ـ أي الاستمناء ـ، تكونت عنده من قراءته لكتب عديمة القيمة من الوجهة العلمية، أو من استماعه لآراء غير ناضجة من أناس لا تجيز لهم معلوماتهم التكلم بثقة عن مثل هذا الموضوع الخطير.. فكثير من الشبان يعتقدون أن ضرر هذه العادة لا يقتصر على إنهاك قوى الشخص طالما هو مستمر على اتباعها، بل يتعداه إلى إحداث تلف مستديم بالصحة الجسمية والقوى العقلية، ينتهي حتماً في وقت قريب أو بعيد بأمراض مستعصية ضمنها الجنون...

وفضلاً عما يحس به الدائبون على هذه العادة من الخجل، والشعور بالضعة أحياناً ـ تراهم موقنين بالهم على الدوام، مهددين في أجسامهم وعقولهم ـ ولذا يتولاهم الملل والسأمة من حياتهم، والجزع والقلق على مصيرهم، ويستمرون في حالة من يتوقع المكروه.. فإذا ما أحسوا مثلاً بألم عادي بسيط كالذي يصادفه كل سليم دونهم، أيقنوا أن المرض المنتظر قد بدأ بأحد الأعضاء الهامة من أجسامهم، وإذا ما انتابهم شيء طفيف من الأرق، الذي ربما كان جرّاء بلبلة في أفكارهم، اعتبروه مقدمة لإصابتهم بالمرض العقلي، عندئذٍ تتجسم هواجسهم، وتزداد تبعاً لذلك الأعراض المرضية عندهم. فيرسخ في أذهانهم الاعتقاد بصحة ظنونهم جاهلين أو متناسين أن مجرد الخوف مثلاً من الأرق يولد الأرق، كما أن نظرهم إلى حالتهم الصحية المنظار الأسود، واستمرار قلقهم من ناحيتها كافيان لإيجاد أعراض جسمية عندهم شبيهة بظواهر بعض الأمراض الحقيقية.

هذا والمعروف أنَّ مثل هؤلاء الأشخاص يكثرون التردد على عيادات الأطباء، فإذا ما أجرى زميل أخصائي فحص أحدهم بحسب ما تسمح به ظروفه ووقته، ولم يتبين علامات غير عادية بجسمه، اضطر بحكم العادة ومجاراة لعقلية الجمهور إلى إعطاء تشخيص غير معين كضعف القلب، أو ضعف الأعصاب، أو كسل الكبد، أو غير ذلك، وعمد إلى كتابة تذكرة دواء أياً كانت، فيزيد هذا في اضطراب المريض... ويتضاعف لديه ما كان يخشاه من وجود داء خطير بأحد أعضاء جسمه، ولذلك يسارع إلى عرض نفسه على طبيب آخر للاطمئنان على حالته، أو التأكد منها، فيبدي الزميل رأياً مخالفاً لرأي الزميل السابق... فتزداد مخاوف المريض، وتتكاثر الاستشارات الطبية، وتتكدس تذاكر الدواء، ويخرج صاحبنا من كل هذه الإجراءات بعقيدة جازمة هي أنه أصبح محكوماً عليه في هذه الحياة الدنيا باعتلال الصحة، وبفساد أعضائه، مغضوباً عليه من الخالق، جل شأنه، في الآخرة.

من أجل ذلك كان من الملائم أن يوفر كل مراهق على نفسه هذا الشقاء الذي لا مبرر له.. بأن يقف على بعض الحقائق الضرورية عن هذه العادة وعن الاحتلام أيضاً..

يعرف قبل كل شيء أنَّ هذه العادة ليست رذيلة موقوفة عليه، بل هي عامة ومشتركة بينه وبين غيره من الشبان دون استثناء تقريباً وبدرجات متفاوتة، وأن لها أساساً في طبيعة كل إنسان، فتبدأ بالظهور بشكل معتدل في الصغر، حيث يحصل الرضيع على اللذة من امتصاصه اللبن من ثديي أمه، ومن نوبات التبول والتبرز، فإذا ما أصبح طفلاً، أصاب اللذة من النظر إلى أعضاء جسمه، ومن ملامسة بعضها بعضاً.. حتى إذا ما أصبح صبياً اتجه إلى أعضاء أجسام غيره من الجنس المماثل.. فإذا ما بلغ سن المراهقة وجه نظره إلى أعضاء أجسام الجنس الآخر المخالف... وهذا التطور في الغريزة الجنسية من الطفولة إلى المراهقة يجري بعملية غاية في الدقة، بحيث يحصل أحياناً أن يصيبها شيء من الاختلال بسبب ظروف لا محل لذكرها هنا.. وبدلاً من أن يتم نضج هذه الغريزة على الوجه المشروح آنفاً، فإن المراهق يمكن أن يستمر مثلاً متعلقاً بطريقة الحصول على اللذة من معالجة عضوه التناسلي بيده، وهي الطريقة التي يعبر عنها بالعادة السرية أو الاستمناء.

هذه المعلومات عن أصل هذه العادة بحسب أحدث الآراء في علم النفس، تساعد على الإيقان بأنها ليست بالخطورة البالغة التي ينسبها إليها الجهلاء، والتي يتوهم الدائبون عليها، فإن ضررها لا يتعدى إنهاك القوى الجسمية، بل يرجع إلى أن الاستمرار عليها دليل على عدم نضج المراهق من الوجهة النفسية، وعلى ميله الشديد للتخيل، والتمسك بالنظريات، وجزعه من مواجهة الواقع والحياة العملية، وليس صحيحاً ما يقال من أن هذه العادة تترك نوعاً من الضعف، والذي يظهر أثره بعد إبطالها بمدة قريبة أو بعيدة بشكل أمراض عقلية أو جسمية خطيرة، بل الرأي المرجح أنه إذا لم ينشأ عنها ضرر ما عند إبطالها، فلا ينتظر أن يتخلف عنها نتائج سيئة آجلة. كذلك ثبت بالمشاهدة أن استعمال هذه العادة لا يسبب المرض العقلي إلاّ في الأشخاص ذوي الاستعداد الخاص، وأن وجودها في بعض أنواع الجنون يدل فقط على أنها أحد أعراضها وليست مسببة لها. ا هـ.

قال ابن حزم[1]: فلو عرضت المرأة على فرجها شيئاً دون أن تدخله حتى ينزل فيكره هذا ولا إثم فيه.. وكذلك الاستمناء للرجال، لأن مس الرجل ذكره بشماله مباح، ومس المرأة فرجها كذلك مباح بإجماع الأمة كلها، فإذا هو مباح فليس هنالك زيادة على المباح إلاّ التعمد لنزول المني، فليس ذلك حراماً أصلاً لقول الله تعالى: ﴿وَقَدْ فَصَّلَ لَكُم مَّا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ﴾ [الأنعام: الآية ١١٩]..

وليس هذا مما فصل لنا تحريمه فهو حلال لقوله تعالى: ﴿خَلَقَ لَكُم مَّا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا﴾ [البَقَرَة: الآية ٢٩]..

(١) «المحلى» ١١/٣٩٢ ـ ٣٩٣ طبعة دار الفكر.

إلاّ أننا نكرهه لأنه ليس من مكارم الأخلاق، ولا من الفضائل، وقد تكلم الناس في هذا فكرهته طائفة وأباحته أخرى...

فعن مجاهد قال: سئل ابن عمر عن الاستمناء؟ فقال: ذلك نائك نفسه...

وعن أبي يحيى عن ابن عباس أنَّ رجلاً قال له: إني أعبث بذكري حتى أنزل. قال: أفٍ نكاح الأمة خير منه، وهو خير من الزنا...

وأباحه قوم: فعن ابن عباس أنه قال: وما هو إلاّ أن يعرك أحدكم زبه حتى ينزل الماء...

وعن ابن عمر أنه قال: إنما هو عصب تدلكه...

وعن قتادة، عن العلاء بن زياد، عن أبيه أنهم كانوا يفعلونه في المغازي، يعني الاستمناء، يعبث الرجل بذكره يدلكه حتى ينزل...

وقال قتادة: قال الحسن في الرجل يستمني يعبث بذكره حتى ينزل قال: كانوا يفعلونه في المغازي...

وعن مجاهد قال: كان من مضى يأمرون شبابهم بالاستمناء يستعفون بذلك...

وقال عبد الرزاق: وذكره معمر عن أيوب السختياني ما أرى بالاستمناء بأساً.

قال ابن حزم: الأسانيد عن ابن عباس وابن عمر في كلا القولين مغموزة.. لكن الكراهة صحيحة عن عطاء... والإباحة المطلقة صحيحة عن الحسن، وعن عمرو بن دينار، وعن زياد أبي العلاء، وعن مجاهد، ورواه من رواه من هؤلاء عمن أدركوا. وهؤلاء كبار التابعين الذين لا يكادون يروون إلاّ عن الصحابة، رضي الله عنهم.

أما فيمن أتى بهيمة، قال ابن حزم: اختلف الناس فيمن أتى بهيمة، ولا حجة لهم. وهذه الآثار التي أوردوها لا تصح، ولو صحت لقلنا بها، قال: ثم نظرنا في قول من قال: عليه أدنى الحدين، فوجدناه لا حجة له أصلاً، ولا نعرف له وجهاً فسقط... ثم نظرنا في قول من قال: يحد وتقتل البهيمة، فوجدناه في غاية الفساد.. ثم نظرنا في قول من قال: عليه العقوبة برأي الإمام بالغة ما بلغت، فوجدناه خطأ، لأن الله تعالى قد زم الأمور، ولم يهملها، ولم يطلق الأئمة على دماء الناس ولا أعراضهم، ولا أبشارهم، ولا أموالهم، بل قد تقدم إليهم على لسان رسوله، عليه الصلاة والسلام، فقال:

«إنَّ دماءكم وأموالكم (وأبشاركم) عليكم حرام..»[1].

---

(١) أخرجه البخاري (٦٧) و(١٠٥) و(١٧٤١) و(٣١٩٧) و(٤٤٠٦) و(٤٤٠٧) و(٤٦٦٢) و(٥٥٥٠) و(٧٠٨٧) و(٧٤٤٧) عن أبي بكرة... =

ولعل رأي الإمام يبلغ إلى خصائه، أو إلى أخذ ماله، أو إلى قتله، أو إلى بيعه.. فهذا القول لا حجة لقائله...

ثم نظرنا في القول الذي لم يبق غيره.. وهو أن عليه التعزير فقط، فوجدناه صحيحاً، لأنه قد أتى منكراً، ولا خلاف بين أحد من الأئمة أنه لا يحل أن تؤتى البهيمة أصلاً، ففاعل ذلك فاعل منكر. وقد أمر رسول الله ﷺ بتغيير المنكر باليد.

أما السحق: فقد قال ابن حزم: اختلف الناس في السحق. فقالت طائفة: تجلد كل واحدة منهما مائة جلدة.. ورخصت فيه طائفة، فعن الحسن البصري أنه كان لا يرى بأساً بالمرأة تدخل شيئاً تريد الستر تستغني به عن الزنا... وقال آخرون: هو حرام ولا حد فيه، وفيه التعزير...

قال ابن حزم: فلما اختلفوا كما ذكرنا وجب أن ننظر في ذلك.. فنظرنا في قول الزهري فلم نجد له حجة أصلاً ـ إلى أن قال ـ: ولا يلزم اتباع قول أحد دون رسول الله ﷺ، والسحق والرفعة ليسا زنا، فإذا ليسا زنا فليس فيهما حد الزنا، ولا لأحد أن يُقَسِّم برأيه أعلى وأخف، فَيُقَسِّم الحدود في ذلك كما يشتهي، بل هو تعدٍّ لحدود الله تعالى وشرع في الدين ما لم يأذن به الله تعالى وهو يقول تعالى: ﴿وَمَن يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُۥ﴾ [الطلاق: الآية ١] ..

وإنما يلزم هذا من قامت عليه الحجة فتمادى على الخطأ ناصراً للتقليد، وإذ لم يأت بمثل قول الزهري قرآن ولا سنة صحيحة، فالأبشار محرمة والحدود فلا حد في هذا أصلاً، وبالله تعالى التوفيق.

= وأخرجه أيضاً عن ابن عباس (١٧٣٩) و(٧٠٧٩)...

وأخرجه أيضاً الإمام أحمد ١/ ٢٣٠ و٣/ ٨٠ و٣/ ٣١٣ و٤٨٥ و٤/ ٨٦ و٣٠٦ و٣٣٧ و٥/ ٣٠ و٣٧ و٤٠ و٧٢ و٤١٢. ومسلم (القسامة) ٢٩ و٣٠ و٣١، والبيهقي في «السنن» ٣/ ٢١٥ و٥/ ٨ و١٦٦ و٨/ ١٩، والطبراني في «الكبير» ٥/ ٣١٦ و٧١٦ و٨/ ١٦٧، وابن خزيمة (٢٨٠٩)، والمنذري في «الترغيب» ٣/ ٥٠٢، وابن كثير ٣/ ١٤٣ و٤/ ٨٦ و٧/ ٣٦٠، والبغوي في «التفسير» ٣/ ٩١، والحافظ في «تلخيص الحبير» ٣/ ٥٣، والهيثمي في «المجمع» ٣/ ٢٧١ و٢٧٢ و٧/ ٢٩٥، وأبي نعيم في «الحلية» ٤/ ٣٤٣، والشيخ في «إرواء الغليل» ١/ ٤٣، وابن سعد ٢/ ١/ ١٣٢، والتبريزي في «المشكاة» (٢٥٥٥)، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٤/ ١٥٩، وابن كثير في «البداية» ٥/ ١٤٨ و١٧٠ و١٩٥ و١٩٦ و١٩٧، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٧/ ٨٦، وابن عساكر ٦/ ٥٨، والسيوطي في «الدر المنثور» ١/ ٢٢٦ و٢/ ١٥٦ و٣/ ٢٣٤، والبيهقي في «دلائل النبوة» ٥/ ٤٣٦ و٤٤٢، والهندي في «الكنز» (١٢٣٤٦) و(١٢٣٠٤) و(١٢٩٣٠)، والبخاري في «خلق أفعال العباد» (٣٠٢) و(٣٠٤)، و«الإيمان» لابن أبي شيبة وأبي عبيد، و«العلم» لأبي خيثمة (٩٩)، وأبي يعلى في «المغاريد عن رسول الله» (١٠٠) و(١٠١) وغيرهم.

وقد فرق ابن حزم بين العروض للفرج، ودخول الشيء في الفرج، وقد سبق الكلام عليه...

أما الاستمناء: والذي يعرف بالعادة السرية، فقد أباحه الإمام أحمد بن حنبل على ورعه، وحجته بأنه إخراج فضلة من البدن، فجاز عند الحاجة.

وقال القرطبي في تفسير سورة «المؤمنون»[1]: قال محمد بن عبد الحكم: سمعت حرملة بن عبد العزيز قال: سألت مالكاً عن الرجل يجلد عُمَيرة ـ أي يعرك زبه ـ . فتلا هذه الآية: ﴿وَٱلَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَـٰفِظُونَ ۝٥ إِلَّا عَلَىٰٓ أَزْوَٰجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَـٰنُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۝٦ فَمَنِ ٱبْتَغَىٰ وَرَآءَ ذَٰلِكَ فَأُو۟لَـٰٓئِكَ هُمُ ٱلْعَادُونَ ۝٧﴾ [المؤمنون: الآيات ٥-٧].

وهذا لأنهم يكنون الذكر بعميرة، وفيه يقول الشاعر:

إذا حللت بوادٍ لا أنيس به فاجلد عُمَيرة لا داءٌ ولا حرج

ويسميه أهل العراق الاستمناء، وهو استفعال من المني. والإمام أحمد على ورعه يجوّزه ـ كما ذكرنا ـ . اهـ.

وقال الآلوسي في تفسيره ـ بعد الكلام على معنى الآية ـ: ويدخل فيما وراء ذلك: الزنا، واللواط، ومواقعة البهائم، وهذا مما لا خلاف فيه، واختلف في وطء جارية أبيح له وطؤها، فقال الجمهور: هو داخل فيما وراء ذلك أيضاً، فيحرم. وذكر الخلاف في هذه المسألة، ورجح مذهب الجمهور، وتكلم على نكاح المتعة.. إلى أن قال: وكذا اختلف في استمناء الرجل بيده، ويسمى الخضخضة، وجلد عميرة. وذكر رأي الإمام أحمد بجوازه، وقال ابن الهمام: يحرم، فإن غلبته الشهوة، ففعل إرادة تسكينها به، فالرجاء أن لا يعاقب..

وعن الحسن: إنما هو ماؤك فأرقه...

وعن مجاهد: كانوا يعلمونه صبيانهم ليستعفوا به عن الزنا...

وعن ابن عباس: الخضخضة خير من الزنا...

وقال ابن قيم [2]: إذا قدر الرجل على التزوج، أو التسري، حرم عليه الاستمناء بيده، قاله ابن عقيل. قال: وأصحابنا وشيخنا لم يذكروا سوى الكراهة، لم يطلقوا التحريم، قال: وإن لم يقدر على زوجة ولا سُرِّية ـ أي أمة ـ، ولا شهوة له تحمله على الزنا، حرم عليه الاستمناء، لأنه استمتاع بنفسه، وآية المؤمنون تمنع منه. قال: وإن كان

---

(١) «تفسير القرطبي» ٥/٤٤٩٧ طبعة الشعب.

(٢) «بدائع الفوائد» ٤/٩٦.

متردد الحال بين الفتور والشهوة، ولا زوجة له، ولا أمة، كره ولم يحرم. وإن كان مغلوباً على شهوته، يخاف العنت، كالأسير والمسافر والفقير، جاز له ذلك، نص عليه أحمد. وإن كانت امرأة لا زوج لها، واشتدت غلمتها، فقال بعض أصحابنا: يجوز لها اتخاذ الاكرنبج، وهو شيء يعمل من جلود، على صورة الذكر فتستدخله المرأة، أو ما أشبه ذلك من قثاء وخيار...

قال: والصحيح عندي أنه لا يباح، لأن النبي ﷺ إنما أرشد صاحب الشهوة إذا عجز عن الزواج، إلى الصوم. ولو كان هناك معنى غيره لذكره. ا هـ.

وقال الحافظ في «الفتح» في الكلام على حديث: «يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج..»[1] ما نصه: وقد أباح الاستمناء طائفة من العلماء، وهو عند الحنابلة وبعض الحنفية لأجل تسكين الشهوة. ا هـ.

وهناك أقوال لا نريد أن نتوسع فيها هنا مثل قول ابن حزم أن الاستمناء لا يفسد الصوم.. وقول بعض متأخري الشافعية: إن شرب الدخان لا يفطر الصائم. حكاه الباجوري.

ولكن.. ما الذي يحمل الشباب على هذه الفعلة حتى وإن كانت مباحة عند البعض، ومكروهة عند البعض الآخر؟

نعم.. قال ﷺ: «يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء»[2]...

وحث على تزويج صاحب الخلق والدين فقال: «إذا خطب إليكم من ترضون خلقه ودينه فزوجوه إلاّ تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد عظيم»[3]...

ومن سنته ﷺ التيسير بالمهور فقال: «أيسرهن مهراً أكثرهن بركة»[4]...

وفي رواية:

«أعظم النساء بركةً أحسنهنّ وجوهاً وأرخصهن مهوراً»[5] فجعل قلة مهر المرأة من يمنها..

---

(١) أخرجه البخاري ٧/ ٣ (٥٠٦٥) و(٥٠٦٦)، ومسلم (النكاح) ١ و٢، والنسائي ٤/ ١٦٩ و١٧١ و٦/ ٥٨، وابن ماجه (١٨٤٥)، وأحمد ١/ ٣٨٧ و٤٢٤ و٤٢٥ و٤٣٢، والدارمي ٢/ ١٣٢.

(٢) انظر التخريج السابق.

(٣) أخرجه البخاري (١٠٨٤) و(١٠٨٥)، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٨٢، وعبد الرزاق (١٠٣٢٥)، والبغوي في «شرح السنة» ٩/ ١٠، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٩/ ٢٦، والخطيب ١١/ ٦١، و«الكنى والأسماء» للدولابي ١/ ٢٥ و٢/ ٢٦.

(٤) و(٥) ـ أخرجه الإمام أحمد ٦/ ١٤٥، والحاكم ٢/ ١٧٨، و«المجمع» ٤/ ٢٥٥، و«الحلية» ٢/ ١٨٦ و٦/ ٢٥٧ و٧/ ٢٩٠، و«إرواء الغليل» ٦/ ٣٤٨، وابن أبي شيبة ٤/ ١٨٩.

فإلى كل من يدعي حب رسول الله ﷺ ويوجه اللوم إلى هؤلاء الشباب التائهين، هل عملتم بما سنه لكم وقد أصبح فرضاً عليكم بقوله ﷺ: «ألاّ تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد عظيم». فهذه العراقيل التي تضعونها في وجه الزواج حتى أنها أهلكت الموسرين فضلاً عن المعسرين من إرسال العروس إلى صالون التجميل، وشراء الفساتين للصمدة والسهرة، وكلها فاضحة، وحفلات الرقص والغناء، والصالات المستأجرة لذلك، والسيارات الجوالة، والحلويات من كاتو ومطبقيات زجاجية بدل الوليمة، والتي أمر بها رسول الله ﷺ حيث قال: «أَوْلِمْ ولو بشاة»، أضف إلى ذلك غلاء المهور. . وبعضهم يطلب بدل تربية خمسة آلاف جنيهاً، وهذا ما طلب مني عندما أخذني أحد الأخوة في الله إلى رجل لنخطب ابنته لي وأخذ يساوم حتى بقيت على ثلاثة آلاف، وفوجئت أن الأخ الوسيط يريد ألف جنيهاً بدل أتعاب وسمسرة، مما جعلني أعدل عن هذه السُّنَّة، وأفوض أمري إلى الله سبحانه، سائلاً المولى أن يغنيني من فضله. . هذا ولا تنسى خلو الشقة وما تتطلبه من أثاث فاخر للنوم، والسفرة، والجلوس، والضيوف، والمطبخ وغير ذلك، مما لا يكاد يحصى.

ولا بد ونحن نتكلم على منكرات الأعراس، أن نتطرق للذهب الذي أسيء استعماله وفهمه في هذه الأفراح، حتى بات شعاراً من شعاراتها، وضرورة من ضروراتها. فقد أصدرت وزارة الأوقاف المصرية كتاباً أسمته: «تقاليد يجب أن تزول» فقالت: لقد بطلت هذه الأفراح وامتنع الزواج، مما أدى ويالِلأسف إلى تعطيل هذه الفريضة، وتجميد الأرصدة المالية، علاوة على المشكلات والمنازعات التي تحدث بسببه، كأزمات الزواج والخلافات بين الزوجين من أجله.

قال: وباعتقادي أن الذهب المجمد والمتراكم لدى النساء المسلمات بمقدوره أن يحدث أعظم انقلاب اقتصادي وسياسي في العالم الإسلامي، يجعله إذا أنفقه على التسليح ووضعه في التداول التجاري والصناعي، من أقوى دول الأرض!!.

قالوا: قد يقول قائل: كيف تنكر على المسلمات استعمال هذا الذهب، وقد أباحه لهن الشارع الحكيم في حديث رواه أحمد والنسائي والترمذي:

«أحل الذهب والحرير للإناث من أمتي وحرم على ذكورها»؟ [1].

ـ الجواب: إن هذا الحديث مقيد بأحاديث أخرى عديدة صحيحة، وهذا بعضها وقد جهلها وأغفلها أكثر المسلمين.

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ٤/ ٣٩٢ و٣٩٣، والنسائي ٨/ ١٦١، وعبد الرزاق (١٩٩٣)، و«نصب الراية» ٤/ ٢٢٤، و«شرح السنة» ١٢/ ٣٦ و٧٠.

١ـ «من أحب أن يحلّق أذنيه بحلقة من نار، فليحلقها بحلقة من ذهب، ومن أحب أن يطوق رقبته طوقاً من نار، فليطوقها طوقاً من ذهب، ومن أحب أن يسور يده سواراً من نار فليسورها سواراً من ذهب، ولكن عليكم بالفضة، فالعبوا بها، العبوا بها، العبوا بها»[١].

٢ـ قال ثوبان: دخل النبي ﷺ على فاطمة، وأنا معه، وقد أخذت في عنقها سلسلة من ذهب، فقالت: هذا أهدى لي أبو حسن ـ تعني زوجها علياً ـ وفي يدها السلسلة، فقال النبي ﷺ: «يا فاطمة، أيسرك أن يقول الناس: فاطمة بنت محمد في يدها سلسلة من نار؟» ثم عزمها عزماً شديداً، فخرج ولم يعد.

فعمدت فاطمة إلى السلسلة فباعتها، فاشترت بها نسمة فأعتقتها، فبلغ ذلك النبي ﷺ فقال: «الحمد لله الذي نجى فاطمة من النار»[٢].. وسنده صحيح.

٣ـ وعن عائشة أن النبي ﷺ رأى في يد عائشة قلبين من ذهب، فقال: «ألقيهما عنك، واجعلي قلبين من فضة وصفريهما بزعفران»[٣] وسنده صحيح.

فأين هذا كله مما نراه من تراكم القناطير المقنطرة من الذهب في أعناق النساء وأيديهن، مما أدى إلى تعطيل الثروات الإسلامية، وإضعاف الاقتصاد الإسلامي...

وفي استخدام النساء للذهب محاذير وأضرار لا تقتصر على الناحية الاقتصادية فحسب، بل تتعداها إلى أمور خلقية أيضاً. فكثيراً ما هتكت أعراض المسلمات في أسواق الصاغة نتيجة إغرائهن ـ وقطعت أيادٍ بسبب هذا الذهب. فقد قرأت في إحدى الصحف أن رجلاً دخل إلى أحد البيوت لتركيب أنبوبة غاز، ولم يكن في البيت إلاّ امرأة، كانت عروساً متزوجة في شهرها الأول، وكانت تلبس أساور من ذهب، فهجم عليها ليخلص الذهب من يديها، وعندما فشل قطع يديها واستخلصها ـ وعند رجال الشرطة والأمن الخبر اليقين.

فلو لم يكن تحريم المذهب إلاّ من أجل حماية أعراضنا لكفى، فهل من يعتبر؟.

ومما يؤسف له أن استعمال الذهب لم يقتصر على النساء فحسب، بل تعداه إلى كثير من الرجال أيضاً بحجة خاتم الخطبة، وفي استعماله محذوران:

الأول: ارتكاب جريمة تحريم الذهب على الرجال.

---

(١) أخرجه الإمام أحمد ٢/ ٣٣٤ و٣٧٨، وأبو داود (الخاتم) ب ٨، و«مشكاة المصابيح» (٤٤٠١)، و«المجمع» ٥/ ١٤٧.

(٢) أخرجه الحاكم ٣/ ١٥٢ و١٥٣، و«الصحيحة» (٤١٢)، وأحمد ٥/ ٢٧٩، وعبد الرزاق (١٩٩٤٩)، والنسائي (الزينة) ب ٢٨، والبيهقي ٤/ ١٤١.

(٣) أخرجه في «آداب الزفاف» (١٤١).

الثاني: التشبة بالكفار، فإن خاتم الخطبة عادة أجنبية، وقد جاء في الحديث الصحيح: «من تشبه بقوم فهو منهم»[1]..

لقد التبس على الشباب الحلال والحرام وخاصة في هذه المسألة، ومقومات الفتنة موجودة، وهناك من يحركها ويهيجها، فالنساء المائلات المميلات المتبرجات بكل زينة، تملأ الشوارع والحانات، لا تجد من يغار عليها من أهلها، ولا يدري بأنه ديوث حيث سمح لها بالخروج سافرة أو شبه عارية. لقد كان الفريسة الشاب الذي لا يدري عن دينه إلاّ أنه مسلم فقط، وأن كل شيء في هذه الدنيا حرام، ويسأل نفسه أين الحلال؟ وهل الحرام يقع عليّ وحدي أم المجتمع ظالم لي؟ يقول: أنا أعلم أن الشذوذ الجنسي حرام، ويؤدي إلى أخطر الأمراض فتكاً، ألا وهو «الإيدز»، والزنا حرام، ويؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة مثل الزهري، والسيلان، وسرطان الجلد وغيره.. بالإضافة إلى ضياع الأنساب.. والسحاق وهو اكتفاء النساء بالنساء، والرجال بالرجال، إضافة إلى ترجل النساء يؤدي إلى ضياع النسل، إضافة إلى شموخ المرأة على الرجل بما فيها من أخطار.. ولم يبق أمامه سوى الاستمناء ليكبح جماحه، ويكف شره، مما يرى من مقومات الإغراء، ولا نريد أن تتكرر حادثة العتبة وغيرها من المآسي، ولا نريد أن نفعل به كما قالت المعتزلة:

ألقاه في اليم مكتوفاً وقال له ... إياك إياك أن تبتل بالماء

نقول لهؤلاء الشباب: إن هذه المسألة أبيحت للضرورة، وليست للتسلية، فإذا ما رأيت نفسك موشك على الوقوع في الحرام جاز لك ذلك، وإني أقدم لك كل ما قيل حول هذه المسألة من أضرار ومنافع، وبينت لك حكم الإسلام الصحيح فيها، كي لا تخلط بين ما هو مباح، وما هو حرام، لكن أريد أن أوجه كلمة للرجال والنساء على السواء لعل الله سبحانه أن ينفع بها:

إن الله سبحانه وتعالى إنما فرض الحجاب على المرأة محافظة على عفة الرجال الذين تقع أبصارهم عليها، لا حفظاً على عفتها من الأعين التي تراها، ولئن كانت تشترك معهم هي الأخرى في هذه الفائدة في كثير من الأحيان، فإن فائدتهم من ذلك أعظم وأخطر، وإلاّ فهل يقول عاقل تحت سلطان هذه الحجة المقلوبة، إن للفتاة أن تبرز عارية أمام الرجال كلهم ما دامت ليست في شك من قوة أخلاقها وصدق استقامتها؟

إن بلاء الرجال بما يقع عليه أبصارهم من مغريات النساء وفتنتهن، هو المشكلة التي

(١) أخرجه الإمام أحمد ٢/ ٥٠ و٩٢، وأبو داود (٤٠٣١)، وابن أبي شيبة ٥/ ٣١٣ و٣٢٢، و«تاريخ أصفهان» ١/ ١٢٩، و«المجمع» ١٠/ ٢٧١.

أحوجت المجتمع إلى حل، فكان في فضل الله ما تكفل به على أفضل وجه، وبلاء الرجال إذا لم يجد في سبيله هذا الحل الإلٰهي، ما من ريب أنه سيتجاوز بالسوء إلى النساء أيضاً، ولا يغني عن الأمر شيئاً أن تعتصم المرأة المتبرجة عندئذ باستقامة في سلوكها، أو عفة في نفسها، فإن في ضرام ذلك البلاء الهائج في نفوس الرجال ما قد يتغلب على كل استقامة، أو عفة تتمتع بها المرأة إذ تعرض من فنون إثارتها وفتنتها أمامهم.

رجل يخرج من بيته فتستقبله مغريات الجنس من كل جانب، وبكل أسلوب وفن، فتهتاج نفسه، وتثور غرائزه، وهي رافعة الرأس تقول: الشريف شريف حتى لو تعرى بأحضان الرجال.. يا للهول!.

ولو أنها سترت نفسها، ولبست جلبابها، واتقت ربها في نفسها، وفي غيرها، ولم تبدِ زينتها، ترى ماذا سيحدث لشاب يخرج من بيته إلى شأن من شؤونه لوظيفته، أو عمله، أو دراسته، أو قضاء حوائجه، حيث لا تقع عينه على ما يثير شيئاً من كوامن غريزته.. إنه يعود إلى بيته هادئ النفس، مستريح البال، نشط الفكر، إن توبة المرأة لا تتحقق بالصلاة والزكاة والصيام فحسب، وإنما مع ذلك كله بالالتزام بالحجاب الشرعي الذي أمرها الله به..

العجز الجنسي هو عدم القدرة على بلوغ درجة الانتصاب، وإجراء الجماع بكامله، أو عدم الحفاظ على حالة الانتصاب مدة كافية من الوقت، حتى يتم الاتصال الجنسي الكامل براحة واطمئنان.

والعجز الجنسي نوعان. عجز أوّلي، وعجز ثانوي، الحالة الأولى تنطبق على الرجل الذي لم يستطع في أي وقت من الأوقات بلوغ حالة الانتصاب، أو حفظها مدة كافية، والحالة الثانية تنطبق على الرجل الذي ينجح في بلوغ ذروة الاتصال الجنسي مرة واحدة على الأقل. وقد يستطيع بلوغ ذلك مئات وآلاف المرات، حتى يبلغ أخيراً عدم القدرة على الاتصال الجنسي.

العجز الجنسي وعدم حساسية القضيب:

هناك علاقة بين العجز الجنسي وعدم حساسية القضيب، لأنه بقدر ما يتقدم الإنسان بالسن، تنخفض عنده مع مرور الزمن حساسية العضو التناسلي، ويفقد أيضاً الديناميكية التي تربط بين الاحتكاك و«الإثارة» إثارة الانتصاب، ولهذا السبب نرى أن الرجال المتقدمين في السن يفضلون ممارسة الاستمناء على الممارسة الجنسية الطبيعية، لأن الاستثارة بواسطة الاحتكاك والملامسة تكون ضعيفة جداً. وفقدان حساسية القضيب قد ينتج عنها أمراض الجهاز العصبي، وأمراض السكري، والصدمات، والعمليات الجراحية في الحوض.. الخ. وكل هذه الحالات تسبب نسباً معينة من العجز المتأتي عن ذلك.

العجز الجنسي كارثة بالنسبة للرجل:

منذ قديم الزمان ينظر إلى القوة الجنسية على أنها الصفة الرئيسية للرجولة والفحولة. والعجز الجنسي يعتبر تهديداً رئيسياً ومباشراً لهذه الفحولة أو الرجولة.

العجز الجنسي والهورمونات الذكرية:

يلجأ بعض الأطباء إلى استعمال التيستوستيرون، أو الهورمون الذكري، في معالجتهم للاضطرابات الجنسية عند الرجل، وذلك للنتائج الباهرة التي أعطاها. ولكن كثيرين ما زالوا يشكون من فائدته في معالجة العجز، على اعتبار أن العلة تعود إلى وضع نفسي خاطئ تماماً أكثر منها إلى نقص في كمية الهورمونات في الدم. فلماذا إذاً صرف الجهد

وإنفاق المال على عقاقير لا فائدة منها، بدلاً من التركيز على مداواة أساس الشكوى وأصل الداء. والأسس هنا نفسية أكثر منها جسدية... ويقول الدكتور سبيرو: إنني شخصياً أعالج العنة وسرعة القذف بشرح طبيعة التغيرات الفيزيولوجية التي ترافق الإنسان. وهدفي من هذا أن أنزع القلق وأسبابه من أنفسهم، وأعيد الثقة إليهم، ومن ثم أهتم بمعالجة عوارض الوهن المشكو منه. وبعد التأكد من خلو الكبد من الأمراض، والبروستات من السرطان، أضيف إلى العلاج هورمون التيستوستيرون، عن طريق الفم، أو عن طريق الحقن بالعضل، علّهُ يضفي على الإنسان نشاطاً، ويزيده نشوة وولعاً، ويساعده على تحضير الممارسة الجنسية.

ولكن لاستعمال التيستوستيرون محاذير عديدة، يتعلق أكثرها بالكبد والبروستات. لذلك يتوجب فحص هؤلاء المرضى دورياً، والطبيب وحده أولاً وأخيراً باستطاعته أن يصف هذا العلاج ويشرف عليه، فإعطاء كميات كبيرة منه مثلاً قد يسبب فقدان الحيوانات المنوية فجأة عند الرجال. بالإضافة إلى ذلك فهو يسبب احتقاناً في مجاري الكبد، وتصلباً في المفاصل، كما لوحظ ازدياد كمية المواد الكلسية في الدم، مما يسهل تكوينها وجمعها في الكليتين، ولهذا السبب يجب أن لا يؤخذ التيستوستيرون إلاّ في فترات زمنية متقطعة، ولمدة لا تتعدى الشهر أو الشهرين على الأكثر.

الوسيلة الفضلى لمعالجة العجز الجنسي:

إنَّ أنجح وسيلة لمعالجة العجز الجنسي هي نصح الزوجين، وتوصيتهما بالتمتع بمدة من الراحة، إن الراحة هذه قد تعيد إلى الرجل، أو الشاب، توازنه الجسمي، والنفسي، والجنسي، بشكل سريع، وتمحو قلقه حول نشاطاته الجنسية.

هناك طريقة بسيطة وفعالة أعطت نتائج جيدة حتى في حالات العجز الثانوي. وهذه الطريقة تتركز على إعادة المظهر الطبيعي للوظيفة الجنسية عند الزوجين معاً ولذلك يقتضي:

١ ـ أن نعرف المريض معرفة تامة وأكيدة، الفيزيولوجية العادية، والفيزيولوجية غير العادية، أي المرضية، لسير العملية الجنسية وأنظمتها، مما يساعده على التخلص من الأوهام، والطلاسم، والعقود، والمخاوف، التي تكون قد تجمعت عنده ضد الجنس، وذلك بالشرح الكافي والوافي عن المعلومات الجنسية، وأعضاء الإنسان التناسلية ووظائفها.

٢ ـ تأكيد المبدأ الأساسي بأن الانتصاب هو مظهر بيوفيزيائي طبيعي، وأن الانتصاب لا يقبل التلقين والتعليم، وأنه يولد مع الإنسان، وأنه لا يمكن الوصول إلى انتصاب القضيب إرادياً، أو بالأمر، أو بالرغم عنه.

٣ ـ تشجيع الزوجين على تعميق الاتصال الشفهي فيما بينهما، وتطوير علاقاتهما الجسدية بدون تعقيد، ولا خجل، ولا خلفيات موروثة، أو غير موروثة. وتركيز اهتمامهما على الوظيفة الجنسية، على أن يكرسا الأسبوع الأول للاتصال الشفهي، تتبعه إثارة جنسية فيزيائية مركزة على الأعضاء المتبادلة، ولكن بدون ولوج، أي بدون ممارسة الجنس. ثم تخصص الأيام التالية إلى مداعبة الجسم كله بما في ذلك الأعضاء التناسلية.

٤ ـ عرض حقيقة الإثارة الجنسية التي تنبع من مصدرين رئيسيين: الأول منهما هو اللذة التي يكتسبها الرجل في ملاحظة تغيرات المرأة الفيزيولوجية المثارة جنسياً، أو احتكاك كل من الشريكين المباشر بقسم الجهاز التناسلي عند شريكه. وأنه بمقدار ما يعطي كل منهما وما يثير شريكه الثاني فيه، بهذا المقدار يأخذ من شريكه ويعطيه.

٥ـ إزالة الخوف من النشاطات التي تشكل أكبر العقبات في الوظيفة الجنسية الطبيعية. وفي هذا المجال، يؤكد الطبيب للمريض بأنه لا حاجة له لأن ينفعل، وكأنه يقدم فحصاً عند كل ممارسة جنسية، وعليه أن ينسى كل إخفاقاته السابقة، وأن يركز كل اهتماماته على العمل الجنسي، وأن ينسى جهازه التناسلي، وأن يستعمل جميع الوسائل المقبولة ليعيش على أتم وجه هذه اللحظة الهامة، وأن يبرهن عن حب كبير، وحنان ومودة نحو زوجته.

عشبة الجينسينغ ومعالجة العجز:

عشبة الجينسينغ هي عشبة نادرة الوجود، ينحصر وجودها في شمالي الصين، وكوريا، وشرقي الاتحاد السوفياتي، وهي تجمع في فصل الصيف بعد زرعها بمدة خمس أو ست سنوات، فتنفصل الجذوع عن الأطراف، وتحفظ في مكان جاف حتى استعمالها بشكل مسحوق، أو نقوع يتناوله المريض لمدة شهر أو شهرين حسب إرشادات الطبيب.

أما عن مفعولها فقد تبين بأن مشتقات الجينسينغ تقوي دفاعات الجسم الخاصة، والمناعة الذاتية، وتحقق قدرة مذهلة على مقاومة الأمراض والضعف العام، كما تحسن الشهية والنوم، وتنشط الجسم بشكل عام. وهي تستعمل بنجاح ملموس في معالجة المرضى المصابين بالأمراض النفسية والعصبية، والتي تسبب الإرهاق، والكسل، والخمول، والانهيار العام. كما تبين بأن مشتقات عشبة الجينسينغ تفيد معالجة العجز الجنسي الناجم عن أسباب نفسية وعصبية، أو نتيجة الإرهاق الجسدي العام .

دور المرأة في إصابة الرجل بالضعف الجنسي

دور المرأة في إصابة الرجل بالضعف الجنسي في مراحل العمر المختلفة، يكون في بعض الحالات التي يكون فيها ارتباط الصبي بأمه ارتباطاً شديداً، فتمتزج فيه مشاعر الحب

بمشاعر التقديس، وقد يؤثر هذا على الصبي في شبابه، فيجعله يعاني من الضعف الجنسي، إذا إنهُ لا يريد أن يدنس المرأة أياً كانت، فجميع النساء في مفهومه هن بمثابة الأم له، والتي أحاطها بهالة التقديس بعيداً عن أي دنس.. كما أنهُ في حالات أخرى نجد أن حب الابن الشديد لأمه وارتباطه بها، يجعله لا يطيق أن يراها وهي تتألم، سواء من ممارسة جنسية، أو من آلام حمل، أو وضع، فقد ارتبطت هذهِ الصور في ذهنه بذكريات رآها في طفولته، جعلته يعتقد أن الجنس يسبب الآلام للمرأة، وهو لا يريد أن يتسبب في معاناة المرأة التي هي رمزٌ لأمه التي يحبها، ولا يريد أن يكون سبباً في إيلامها.

أما الخطيبة فإنها قد تكون سبباً في شعور الشاب بالضعف الجنسي، إذ إنهُ في العديد من الحالات، وُجِد أن التجربة الأولى للشباب تُعد نقطة هامة في بناء الشخصية الجنسية من الزواية النفسية، فلو صادف الشاب فتاته الأولى، وكانت على دراية كبيرة بالجنس، بحيث أشعرته بتفوقها عليه في معرفة أمور الجنس، وهو ما زال شاباً خجولاً عديم الخبرة والتجربة، فإنه غالباً ما يفقد قدرته على الشعور بالتفوق الذي يحتاج إليه الرجل أمام المرأة، لذا نجده قد أصيب بالضعف الجنسي المؤقت أمام هذه الفتاة، لكن إذا ما كانت هذه الفتاة قاسية في تعاملها معه، بحيث عايرتهُ بضعفه، فإنهُ غالباً ما يصاب بالضعف الجنسي تجاه أي امرأة أخرى، إلى أن يتم علاجه نفسياً مما أصابه.

فإذا ما وصلنا إلى المرأة كزوجة، فإن لها دوراً أساسياً في ليلة الزفاف، قد يكون السبب الرئيسي، وربما الوحيد لإصابة الزوج بالضعف الجنسي.. وهذا الدور يمكن تلخيصهُ في عبارة واحدة وهي، أن العروس لو كانت محبة لعريسها، حريصة على ما يعكر صفوه وصفو حياتهما الزوجية، وكانت على درجة ولو ضئيلة من الثقافة الجنسية، لقامت بواجبها كاملاً حيال عريسها، وجنبته ما يمكن أن يتعرض لهُ من جراء تمنّعها الشديد، أو حديثها الجارح، أو عدم معاونته على اجتياز تلك الليلة.

- إن هناك العديد من حالات الضعف الجنسي تحدث في ليلة الزفاف، وللأسف إن غالبية هذه الحالات يكون السبب فيها الزوج، إما عن جهل، أو عن عدم تجاوب.

أما الزوجة خلال الحياة الزوجية، فإنها أيضاً قد تكون في بعض الحالات السبب في إصابة زوجها بالضعف الجنسي، وفي حالات أخرى يصاب بفقدان الرغبة الجنسية بالكامل، وذلك بسبب إهمال الزوجة لنفسها، وإهمالها لعناصر الجذب الجنسي للرجل، ظناً منها أن الحياة الجنسية ستسير من تلقاء نفسها، وهذا فهم خاطئ، إذ إن الرجل يحتاج دائماً إلى أن يجد في زوجته عناصر الإغراء والجذب الجنسي، كما يحتاج لأن يشعر برغبتها في الجنس، لا في إعراضها عنه، فهذا عنصر هام تهمله بعض الزوجات متعللات بكبر السن، أو ازدياد المشاغل الحياتية.

وعلى الرغم من أن للضعف الجنسي أسبابه العديدة منها العضوية والنفسية، إلا أن دور المرأة يظل فوق جميع هذه الأسباب. والمتسبب في نسبة عالية من الحالات.

ولنضرب مثالاً: ما بالك بالتي يطلبها زوجها للجماع فلا تتطيب، ولا تلبس ما يثير، بل تبقى بأقذر ما تكون عليه امرأة من لبس، وشكل، وطعم. وأدهى من ذلك عندما تقوم بخلع ملابسها وتصل إلى حافظة الثدي فإنها تخرج منها محفظة النقود، والسجائر، والولاعة، ومفاتيح الشقة، وبعض البسكويت، والعلكة، وما إلى ذلك. فتجد ثدييها وقد تجعدت، ورسمت عليها صورة المفاتيح، والولاعة، والعلكة، زيادة على هذا المنظر، جرب وذق طعم الثدي، فإنك ستجد الطعم الذي يكسر الحديد ويجعله يلعن من كان سبباً فيها...

وما رأيك بامرأة لا تتزين لزوجها، ولاتحافظ على نظافتها في بيتها، بل تراها تضع الأطلية على وجهها وخاصة اللبن التالف، والعسل، وفساد بعض الخضراوات والفواكه، وتضع على شعرها الكاز، وزيت الخروع، وبعد ذلك تضع الحناء، يا ترى ماذا ترى؟ إنك ترى تركيبة عجيبة.

وما رأيك بامرأة يطلبها زوجها للجماع، وبعد أن يتهيأ للعملية الجنسية، ويأخذ بالمباشرة توقفه زوجته قائلة: لقد نفذ الكاز لا تنسى أن تحضره لنا، وأيضاً لا يوجد عندنا سكر، فيقول لها: الآن وقت الكاز والسكر؟ أجلي الموضوع حتى الانتهاء مما نحن فيه. وتعيد الزوجة الكلام وهو في انسجامه، ألا تدري أن الأولاد عملوا لنا مشاكل مع أولاد الجيران؟ فلا تنسى أن تضربهم، وقد كسروا المرآة، انتظر حتى آتيك بها لتراها... يا ترى ماذا تكون النتيجة!!!؟.

إنّ ذلك إن دل على شيء، فإنما يدل على عدم الثقافة الجنسية...

العزل والضعف الجنسي

الضعف والعجز الجنسي له أسباب كثيرة، وضعف الانتصاب يمثل الدرجة الأرقى من العجز الجنسي الذي يُعرف «بالعنة» (Impotence). ففي هذه الحالة يتم انتصاب القضيب بشكل مقبول في أكثر الأحيان، ولكنه لا يلبث أن يرتخي قبل أن يتم الجماع، حيث يهرب منه الانتصاب ويلين القضيب قبل الإيلاج، وأحياناً يصاحب ذلك سرعة المني «القذف المبكر» أو «سرعة القذف» (Premature ejaculation)، فيحدث الإنزال (Ejaculation)، عند فوهة المهبل قبل الإدخال. كما قد يصاحب ضعف الانتصاب انعدام الرغبة الجنسية ـ «انطفاء الشهوة الجنسية»، أو «ضعف الليبيدو» (Lossoflibido)، («الليبيدو» هو الطاقة الجنسية، أو الشبق، أو الشهوة الجنسية، أو الرغبة الجنسية)، وقد يرجع ذلك

إلى نقص هرمون الذكورة «الأندروجين»، أو «التستوستيرون» في الدم، وفي مثل هذه الحالات ينبغي تعيين مستوى هذا الهرمون في دم المريض، وإعطائه جرعات تعويضية منه إذا تبين نقصه لديه، وعلى النقيض من ذلك، فإن ضعف الانتصاب الناجم عن أسباب نفسية لا يصاحبه انطفاء في الرغبة الجنسية، فالثابت علمياً أن غالبية ضعاف الانتصاب من جرّاء الأسباب النفسية لديهم رغبة قوية في ممارسة الجنس، ولكن لين الانتصاب لا يسعفهم، ولا يمكنهم من إتمام الجماع، والجدير بالذكر أن ضعيف الانتصاب لا يكون بالضرورة عقيماً، فالرجل العقيم غالباً ما يكون الانتصاب قوياً عنده، ويمارس الجنس بكفاءة، لأن مشكلته تنحصر في انعدام الحيوانات المنوية، أو قلة النُّطف لديه في أغلب الأحوال.

ومن ناحية أخرى فإن العنة «العجز الجنسي» هي عجز يصيب الرجل فلا يقدر على الجماع، وتتميز بانعدام القدرة على الانتصاب كلية.

أسباب العُنّة وضعف الانتصاب:

١ـ الخوف من الجنس غير المشروع، ويلعب الوازع الديني دوراً أساسياً في هروب الانتصاب عند محاولة الاتصال الجنسي في علاقة غير مشروعة، كما يلعب الخوف من الحمل في السفاح، ومن التعرض للأمراض التناسلية، دوراً بارزاً في هذا الصدد.

٢ـ الشعور العدائي تجاه المرأة..

٣ـ الشعور بالإثم حيال الجنس..

٤ـ الشعور بالضعف والوهن..

٥ـ المرض المزمن للزوجة..

٦ـ اضطراب العلاقة الزوجية..

٧ـ الإحباط المتكرر والفشل في تحقيق الطموحات في الحياة يفقد الرغبة في الجنس ويعرض صاحبه للضعف الجنسي..

٨ـ قصور المعلومات الجنسية لدى الرجل، وجهله بشؤون الجنس.

٩ـ التعرض لخبرات جنسية خاطئة..

١٠ـ القلق والتوتر عند الاتصال الجنسي.

١١ـ ارتباط صورة الزوجة بصورة الأم أو الأخت..

١٢ـ بعض الرجال يربطون بين العملية الجنسية والعدوانية..

١٣ـ الاكتئاب النفسي..

١٤ـ الأمراض العقلية مثل «الفصام»، قد تؤدي إلى العجز الجنسي إما بسبب المرض ذاته، أو نتيجة للتعاطي المزمن للمهدئات.

١٥ـ الخوف من حدوث الحمل من الجماع كثيراً ما يسبب ضعف الانتصاب أو العنة، وهذا شائع بصفة خاصة في العلاقات الجنسية غير المشروعة، وفيمن ينظمون نسلهم بطريقة «العزل» (Coitus interruptus)، وهو أن ينزع الرجل ذكره بعد أن يولجه في مهبل المرأة، قبل حدوث القذف مباشرة، لينزل منيَّه خارج الفرج، مخافة أن يقذفوا المني قبل التمكن من الانسحاب، فيهرب منهم الانتصاب من أساسه.

١٦ـ الخوف من الفشل في الجماع بسبب هروب الانتصاب والقذف المبكر ـ سرعة القذف ـ في معظم الأحوال.

١٧ـ عدم توافر السرية الكافية في المكان الذي يُمارس فيه الجماع.

١٨ـ الانفعالات القوية سواء كانت سارة أو محزنة، والشغف الزائد للقاء الجنسي بعد طول غياب أو طول انتظار، واعتراض الضمير على الجماع غير المشروع، قد تؤدي كلها إلى ضعف الانتصاب، أو العجز الجنسي التام.

١٩ـ عدم تعاون الزوجة أثناء الاتصال الجنسي نتيجة «العسر الجماع» (Dyspareunia) المصاحب لالتهابات جهازها التناسلي، أو بسبب الملل، أو الكُرْه، أو عدم الارتياح، أو البرود الجنسي.

٢٠ـ الملل الذي يعتري بعض الأزواج من طول العشرة والرتابة في حياتهم الزوجية..

كل ما ذكرنا ناتج عن أسباب نفسية.. وكان العزل أحد هذه المسببات.

وهناك أسباب عضوية للعُنَّة وضعف الانتصاب:

١ـ وجود عيوب خلقية في الأعضاء التناسلية مثل: القضيب ذو المبال التحتاني (Hypospadius) الذي يتميز بوجود فوهة مجرى البول على سطحه السفلي، والقضيب الناقص النمو، والخصيتان الضامرتان أو غير الناضجتين، واختفاء الخصيتين، «الخصية المعلقة» (Cryptorchidism)، والتهاب الخصيتين، مضاعفة لالتهاب الغدة النكفية (Mymps parotitis).

٢ـ وجود عيوب خلقية في الجهاز العصبي المركزي ـ المخ والنخاع الشوكي ـ أو خلل في نموه.

٣ـ وجود عوائق تمنع الأعضاء التناسلية من أداء وظيفتها مثل: «الفتق» (Hernia)، والقيلة المائية (Hvdrocele)، وداء الفيل (Elepantiasis)، وكسر جسم القضيب الكفرنوزي

أو انفجاره، والضيق الزائد في قناة مجرى البول، وأورام القضيب، أو تصلب الجسم الكفرنوزي له مما يسبب ألماً قاسياً عند الانتصاب، فيلين القضيب ويرتخي على الفور من فرط الألم.

٤ـ اضطراب الغدد الجنسية، أو جهاز الانتصاب العصبي في المخ أو النخاع الشوكي، أو الألياف العصبية المعنية باستقبال الإشارات الجنسية من الأعضاء التناسلية، وبثها إلى المراكز العليا في المخ، والمراكز السفلى في النخاع الشوكي، وكذلك حمل الأوامر إلى تلك الأعضاء.

٥ـ إصابات الرأس في الحوادث وغيرها، قد تؤثر على مراكز المخ المعنية بالانتصاب. . .

٦ـ تعرض النخاع الشوكي للإصابة في الحروب والحوادث، أو إصابته بالتهاب أورام أو قصور دموي، أو تعرضه للإصابة بالزهري، أو زوال الغمد الشحمي للألياف العصبية بالمسارات الحسية والحركية الصاعدة والنازلة به، أو شلل مراكز الانتصاب بالنخاع الشوكي نتيجة لتعاطي بعض المخدرات.

ويحدث العجز الجنسي «العُنَّة» بصفة خاصة إذا تروط الجزء الأخير من النخاع الشوكي في الإصابة، أو المرض، ويعرف هذا الجزء «بالمخروط النخاعي» (Conus medullaris)، أو إذا تورطت جذور الأعصاب المتصلة به، أو «العُقد جنيبة السمبتاوية» (Parasympatheticganglia)، ـ تجمعات من الخلايا العصبية تابعة للجهاز العصبي اللاإرادي أو التلقائي، أو جذور الأعصاب القطنية العجزية التي تعرف «بذيل الفرس». أما تعرض النخاع الشوكي لأمراض أو إصابات في غير المواضع التي أشرنا إليها فلا يعوق الانتصاب.

٧ـ الأمراض المزمنة للجهاز البولي مثل «السيلان» قد تؤثر على الانتصاب، وبخاصة في الأحوال المصحوبة بألم عند الاتصال الجنسي، مما يسبب هروب الانتصاب.

٨ـ نقص إفراز هرمون الذكورة بواسطة الخصية لأي سبب من الأسباب، يؤدي إلى ضعف الانتصاب الذي يستجيب «للمعالجة بالتستوستيرون»، بالإضافة إلى العلاج النفسي.

٩ـ الأمراض المنهكة والمزمنة التي تسبب الضعف العام والهزال، مثل «الدَّرن الرئوي» ـ السُّلّ ـ، والأورام الخبيثة، والحميات المزمنة، وأمراض الكبد، ومرض السكر، تؤدي كلها إلى ضعف الانتصاب، وقد يرجع ذلك إلى نقص هرمونات الغدة النخامية المنشطة للغدد الصم، وبخاصة الغدة الدرقية، والخصيتين، وقشرة الغدة فوق الكلوية، مما يسبب الخمول وضعف الانتصاب، كما أن أمراض الكبد تسبب ضعف الانتصاب بسبب

زيادة تركيز هرمون الأنوثة ـ «الإستروجين» ـ الذي تفرزه قشرة الغدة فوق الكلوية في الدم نتيجة لعدم تمكن الكبد من تدميره.

١٠ـ اضطرابات الغدد الصم. . .

١١ـ التهاب الأعصاب الطرفية أو اعتلالها في مرضى السكر، وسوء التغذية، ونقص ڤيتامينات (ب ١، وب ٦، وب ١٢)، وإدمان الخمر، والدفتريا.

١٢ـ زهري الجهاز العصبي. .

١٣ـ الشلل الرعاشي ـ «مرض بركنسون». . .

١٤ـ مرض الوحدة العصبية المحركة، يصيب الخلايا، والمسارات العصبية الحركية بالمخ، وجذع الدماغ، والنخاع الشوكي، بالإضافة إلى الأعصاب المحركة للعضلات الإرادية.

١٥ـ أمراض زوال الغمد الشحمي للألياف العصبية بالمسارات الحسية والحركية الصاعدة والنازلة بالمخ، والمخيخ، وجذع الدماغ، والنخاع الشوكي، وأهم أمثلتها مرض يعرف «بالتصلب المتناثر أو المتعدد».

١٦ـ الصُلْب المفلوج ـ الشوكة المشقوقة: عيب خلقي في الفقرات يصاحبه أحياناً ورم دهني، قد يسبب انضغاط جذور الأعصاب المعنية بعمليتي الانتصاب والقذف، فيؤدي إلى العجز الجنسي.

١٧ـ توتر العضل الضموري: مرض وراثي يصيب العضلات الإرادية، فيؤدي إلى ضمورها، وبطء ارتخائها بعد انقباضها، وعتامات في عدسة العين، وضمور الخصيتين الذي يسبب الضعف الجنسي أو العُنَّة.

١٨ـ بعض الأدوية تسبب ضعف الانتصاب، مثل مركبات «البروميد»، و«الكورتيزون»، و«الهرمون المنشط لقشرة الغدة فوق الكلوية»، و «مدرات البول»، و«خافضات ضغط الدم»، و«مضادات الاكتئاب» مثل «البارنيت، النياميد، الماربلان»، و«هرمون الأنوثة» ـ الإستروجين ـ كما أن «الأفيونات» ومشتقاتها مثل «المورفين والكوكايين والهروين»، و«الخمر»، وكافة «المشروبات الكحولية»، و«المهدئات الصغرى والكبرى» تخدِّر الأعصاب المعنية بالانتصاب أو تشلها تماماً، فيمتنع الانتصاب، ويصاب المتعاطي بالعجز الجنسي، وبخاصة إذا استعمل أحد هذه الأدوية بجرعات كبيرة ولفترة طويلة.

١٩ـ ارتفاع ضغط الدم: قد يسبب ضعف الانتصاب إما بسبب المرض ذاته، أو نتيجة للتعاطي المستمر للأدوية الخافضة للضغط مثل: «الألدوميت»، و«السَّربازيل».

٢٠ـ مرض السكر: هو أشهر الأسباب العضوية لضعف الانتصاب والعجز الجنسي،

ويرجع ذلك إلى شيوع التهاب الأعصاب الطرفية ـ بما فيها الأعصاب المعنية بالانتصاب ـ في مرضى السكر، وكذلك إلى حالة الإنهاك والهزال واعتلال الصحة عموماً لدى مرضى السكر المزمنين.

٢١ـ أمراض القلب: مثل مرض الشريان التاجي المغذي لعضلة القلب.

٢٢ـ الإجهاد الفكري والبدني، أو الإجهاد الجنسي من فرط إدمان العادة السرية، أو الإسراف في الجماع، أو المواظبة لسنوات طويلة على اتباع طريقة العزل ـ «الجماع المتقطع» ـ لتنظيم النسل، يسبب ضعف الانتصاب وقتياً، فإذا ما نال الشخص المجهد قسطاً وافراً من الراحة، فإنه يستعيد قدرته على الانتصاب بكفاءة.

رأي الدين في العزل:

ثبت في «الصحيحين» عن أبي سعيد قال: أصبنا سبياً، فكنا نعزل، فسألنا رسول الله ﷺ فقال:

«وإنكم لتفعلون؟» قالها ثلاثاً، ثم قال: «ما من نسمة كائنة إلى يوم القيامة إلا وهي كائنة»[(١)].

وفي السنن عنه، أن رجلاً قال: يا رسول الله إن لي جارية وأنا أعزل عنها، وأنا أكره أن تحمل، وأنا أريد ما يُريد الرجال، وإن اليهود تُحَدِّث أن العزل الموؤودة الصغرى، قال:

«كذبت يهود لو أراد الله يَخلقه ما استطعت أن تصرفه»[(٢)].

وفي الصحيحين عن جابر قال: كنا نعزل على عهد رسول الله ﷺ والقرآن ينزل[(٣)].

---

(١) أخرجه البخاري (٤١٣٨) و(٥٢١٠)، ومسلم (النكاح) ١٢٧، وأبو داود (النكاح) ب ٤٩، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٢٩ و٩/ ٧٤، والزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٧٩، والكحال في «الأحكام النبوية» ٢/ ٢٠، والذهبي في «الطب النبوي» (١٣٤)، والربيع بن حبيب في «المسند» ٢/ ٣٣، والهيثمي في «المجمع» ٤/ ٢٩٧.

(٢) أخرجه الترمذي (١١٣٦)، وأبو داود (٢١٧١)، والنسائي في «عشرة النساء» (٨٧) و(١٩٣) و(١٩٤) و(١٩٥) و(١٩٦) و(١٩٧) و(١٩٨) و(١٩٩) و(٢٠٦) و(٢٠٨)، وأحمد ٣/ ٣٣ و٥١ و٥٣، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٧/ ٢٣٠ و٩/ ٣١، والبزار ٢/ ١٧٢، وابن حبان في «الإحسان» (٤١٥٤)، وابن أبي عاصم (١٥٩) (١٦٢)، والهيثمي في «المجمع» ٣/ ٥٥ و٤/ ٢٩٧، وابن أبي شيبة ٤/ ٢٢٢، وعبد الرزاق (٤٩٢٤)، والزبيدي في «الاتحاف» ٥/ ٣٨٣، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٣/ ٣١ و٣٢، والهندي في «الكنز» (٤٤٩٣٨)، والشيخ في «آداب الزفاف» (٥٢) وغيرهم.

(٣) أخرجه البخاري (٥٢٠٧) و(٥٢٠٨) و(٥٢٠٩)، وأحمد ٣/ ٣٠٩، والتبريزي في «المشكاة» (٣١٨٤)، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٣/ ٣٥، والشيخ في «آداب الزفاف» (٥١).

وفي صحيح مسلم عنه: كنا نعزل على عهد رسول الله، ﷺ، فبلغ ذلك رسول الله، ﷺ، فلم ينهنا.

وفي صحيح مسلم أيضاً عنه قال: سأل رجل النبي، ﷺ، فقال: إنَّ عندي جاريةً، وأنا أعزل عنها، فقال رسول الله ﷺ: «إنَّ ذلك لا يمنع شيئاً أراده الله»، قال: فجاء الرجل فقال: يا رسول الله إنَّ الجارية التي كنت ذكرتها لك حملت، فقال رسول الله، ﷺ: «أنا عبد الله ورسوله»[1].

وفي صحيح مسلم أيضاً: عن أسامة بن زيد، أن رجلاً جاء إلى رسول الله، ﷺ، فقال: يا رسول الله: إني أعزل عن امرأتي، فقال له رسول الله: «لِمَ تفعل ذلك؟» فقال الرجل: أشفق على ولدها، أو قال: على أولادها، فقال رسول الله، ﷺ: «لو كان ضاراً ضر فارس والروم»[2].

وفي مسند أحمد وسنن ابن ماجه من حديث عمر بن الخطاب، رضي الله عنه، قال: «نهى رسول الله، ﷺ، أن يُعزَلَ عن الحرة إلاّ بإذنها»[3].

ولأبي داود عن أبي هريرة، رضي الله عنه، قال: قال رسول الله، ﷺ: «لا يُعزَلُ عن الحُرَّةِ إلّا بإذنها»، فقال: ما أنكره[4].

فهذه الأحاديث صريحةٌ في جواز العزل، وقد رُويت الرخصة فيه عن عشرة من الصحابة؛ عليّ، وسعد بن أبي وقاص، وأبي أيوب، وزيد بن ثابت، وجابر، وابن عباس، والحسن بن علي، وخبَّاب بن الأرت، وأبي سعيد الخدري، وابن مسعود، رضي الله عنهم.

قال ابن حزم: وجاءت الإباحة للعزل صحيحةً عن جابر، وابن عباس، وسعد بن أبي وقاص، وزيد بن ثابت، وابن مسعود، رضي الله عنهم، وهذا هو الصحيح.

---

(١) أخرجه مسلم (النكاح) ١٣٥، والبخاري في «التاريخ الكبير» ٣/٢١٧، والبيهقي في «السنن» ٧/ ٢٢٩، وابن كثير ٤/ ٦٩ و٧/ ٣٣٠، وابن حبان في «موارد الظمآن» (١٣٠٥) و(١٧٠٥) و(٢١٢٨)، والبخاري في «التاريخ الصغير» ١/ ١١، والنسائي في «عشرة النساء» (٢١١)، والحميدي (١٢٥٨)، وابن كثير في «البداية» ٤/ ٣٥٦، وابن سعد ٢/ ١٠٩ و١١٣، وسيد في «ظلال القرآن» ٦/ ٣٣١٠، وفي «فقه السيرة» ٣٦٠.

(٢) أخرجه مسلم (النكاح) ب ٢٤ رقم ١٣٤، والتبريزي في «المشكاة» (٣١٨٨)، والهندي في «الكنز» (٤٥٨٥٧) و(٤٤٨٤٨).

(٣) أخرجه ابن ماجه (١٩٢٨)، والذهبي في «الطب النبوي» (١٣٤)، والسيوطي في «الدر المنثور» ١/ ٢٦٧، وابن عبد البر في «التمهيد» ٣/ ١٥٠.

(٤) أخرجه ابن أبي حاتم في «علل الحديث» (١٢٣٣).

وحرمه جماعة، منهم أبو محمد بن حزم وغيره.

وفرقت طائفة بين أن تأذن له الحرة، فيباح، أو لا تأذن فيحرم، وإن كانت زوجته أمةً، أبيح بإذن سيدها، ولم يبح بدون إذنه، وهذا منصوص أحمد، ومن أصحابه من قال: لا يباح بحال، ومنهم من قال: يُباح بكل حال، ومنهم من قال: يباح بإذن الزوجة حرةً كانت أو أمة، ولا يُباح بدون إذنها حرة كانت أو أمة.

فمن أباحه مطلقاً، احتج بما ذكرنا من الأحاديث، وبأن حق المرأة في ذوق العسيلة لا في الإنزال، ومن حرَّمة مطلقاً احتج بما رواه مسلم في صحيحه من حديث عائشة رضي الله عنها، عن جُدامة بنت وهب أخت عُكاشة، قالت: حضرت رسول الله، ﷺ، في أناس، فسألوه عن العزل، فقال رسول الله، ﷺ: «ذلك الوأد الخفي»[1] وهي: ﴿وَإِذَا ٱلْمَوْءُۥدَةُ سُئِلَتْ﴾ [التكوير: ٨]، قالوا: وهذا ناسخ لأخبار الإباحة، فإنه ناقل عن الأصل، وأحاديث الإباحة على وفق البراءة الأصلية، وأحكام الشرع ناقلة عن البراءة الأصلية. قالوا: وقول جابر، رضي الله عنه: كنا نعزل والقرآن ينزل، فلو كان شيئاً ينهى عنه، لنهى عنه القرآن.

فيقال: قد نهى عنه مَنْ أُنزل عليه القرآن بقوله: «إنه الموؤودة الصغرى»، والوأد كله حرام. قالوا: وقد فهم الحسن البصري النهي من حديث أبي سعيد الخدري، رضي الله عنه، لما ذُكِرَ العزل عند رسول الله، ﷺ: «لا عليكم ألا تفعلوا ذاكم، فإنما هو القدر»[2]. قال ابن عون: فحدثت به الحسن، فقال: والله لكأن هذا زجر. قالوا: ولأن فيه قطع النسل المطلوب من النكاح، وسوء العشرة، وقطع اللذة عند استدعاء الطبيعة لها.

قالوا: ولهذا كان ابن عمر، رضي الله عنهما، لا يعزل، وقال: لو علمت أن أحداً من ولدي يعزل، لنكلته، وكان عليٌّ يكره العزل، ذكره شعبة عن عاصم عن زرٍّ عنه. وصح عن ابن مسعود، رضي الله عنه، أنه قال في العزل، هو الموؤودة الصغرى. وصح عن أبي أمامة أنه سئل عنه فقال: ما كنتُ أرى مسلماً يفعله. وقال نافع عن ابن عمر: ضرب عمر على العزل بعض بنيه. وقال يحيى بن سعيد الأنصاري، عن سعيد بن المسيب، قال: كان عمر وعثمان ينهيان عن العزل.

---

(١) أخرجه مسلم (النكاح) ب ٢٤ رقم ١٤١، والحافظ في «الفتح» ٩/٣٠٨، والتبريزي في «المشكاة» (٣١٨٩)، والبغوي في «شرح السنة» ٩/١٠٤، والذهبي في «الطب النبوي» (١٣٣)، والعراقي في «المغني عن حمل الأسفار» ٢/٥٤، والهندي في «الكنز» (٤٤٩٣٢).

(٢) أخرجه مسلم (النكاح) ب ٢٢ رقم ١٢٨ و١٢٩ و١٣٠ و١٣١، والنسائي (النكاح) ب ٥٣، وفي «عشرة النساء» (٢٠٩)، وابن ماجه (١٩٢٦)، وأحمد ٣/٢٢ و٥٧ و٨٨ و٦٨ و٧٢، والبيهقي في «السنن» ٧/٢٣٠ و٩/٦٤ و٩٤ و١٢٥، وعبد الرزاق (١٢٥٧٦)، والحميدي (٧٤٦)، والحافظ في «الفتح» ٤/٤٢٠، والطحاوي في «شرح معاني الآثار» ٣/٣٤، والزبيدي في «الاتحاف» ٥/٣٧٩ و٣٨٤، وابن أبي شيبة ١٤/٤٢٨، والشيخ في «الصحيحة» (١٠٣٢) وغيرهم.

وليس في هذا ما يُعارض أحاديث الإباحة مع صراحتها وصحتها. أما حديث جُدامة بنت وهب، فإنه وإن كان رواه مسلم، فإن الأحاديث الكثيرة على خلافه، وقد قال أبو داود: حدثنا موسى بن إسماعيل، حدثنا أبان، حدثنا يحيى، أن محمد بن عبد الرحمن بن ثوبان حدثه، أن رفاعة حدثه عن أبي سعيد الخدري، رضي الله عنه، أن رجلاً قال: يا رسول الله! إن لي جاريةً وأنا أعزل عنها، وأنا أكره أن تحمل، وأنا أريد ما يريد الرجال، وإنَّ اليهود تحدث أن العزل الموؤودة الصغرى. قال: «كذبت يهود، لو أراد الله أن يخلقه ما استطعت أن تصرفه». وحسبك بهذا الإسناد صحة، فكلهم ثقات حفاظ، وقد أعله بعضهم بأنه مضطرب، فإنه اختلف فيه على يحيى بن أبي كثير، فقيل: عنه، عن محمد بن عبد الرحمن بن ثوبان، عن جابر بن عبد اللّه، ومن هذه الطريق: أخرجه الترمذي والنسائي، وقيل: فيه عن أبي مُطيع بن رفاعة، وقيل: عن أبي رفاعة، وقيل: عن أبي سلمة، عن أبي هريرة، وهذا لا يقدح في الحديث، فإنه قد يكون عند يحيى، عن محمد بن عبد الرحمن، عن جابر، وعنده عن ابن ثوبان عن أبي سلمة عن أبي هريرة، وعنده عن ابن ثوبان عن رفاعة عن أبي سعيد. ويبقى الاختلاف في اسم أبي رفاعة، هل هو أبو رافع، أو ابن رفاعة، أو أبو مطيع؟ وهذا لا يضر مع العلم بحال رفاعة.

ولا ريب أن أحاديث جابر صريحةٌ صحيحة في جواز العزل، وقد قال الشافعي رحمه الله: ونحن نروي عن عدد من أصحاب النبي، ﷺ، أنهم رخصوا في ذلك، ولم يروا به بأساً. قال البيهقي: وقد روينا الرخصة فيه، عن سعد بن أبي وقاص، وأبي أيوب الأنصاري، وزيد بن ثابت، وابن عباس وغيرهم، وهو مذهب مالك، والشافعي، وأهل الكوفة، وجمهور أهل العلم.

وقد أُجيب عن حديث جدامة، بأنه على طريق التنزيه، وضعفته طائفة، وقالوا: كيف يصح أن يكون النبي، ﷺ، كذَّبَ اليهود في ذلك، ثم يُخبر به كخبرهم؟ هذا من المحال البيِّن، وردَّت عليه طائفة أخرى، وقالوا: حديث تكذيبهم فيه اضطراب، وحديث جُدامة في الصحيح.

وجمعت طائفة أخرى بين الحديثين، وقالت: إنَّ اليهود كانت تقول: إنَّ العزل لا يكون معه حمل أصلاً، فكذبهم رسول الله، ﷺ، في ذلك، ويدل عليه قوله، ﷺ: «لو أراد الله أن يخلقه لما استطعت أن تصرفه» وقوله: «إنه الوأدُ الخفي»، فإنه وإن لم يمنع الحمل بالكلية، كترك الوطء، فهو مؤثر في تقليله.

وقالت طائفة أخرى: الحديثان صحيحان، ولكن حديث التحريم ناسخ، وهذه طريقة أبي محمد بن حزم وغيره. قالوا: لأنه ناقل عن الأصل، والأحكام كانت قبل التحريم على الإباحة، ودعوى هؤلاء تحتاج إلى تاريخ محقق يبين تأخر أحد الحديثين عن الآخر وأنى

لهم به، وقد اتفق عمر وعلي، رضي الله عنهما، على أنها لا تكون موؤودة حتى تمر عليها التارات السبع، فروى القاضي أبو يعلى وغيره بإسناده، عن عبيد بن رفاعة، عن أبيه، قال: جلس إلى عمر علي والزبير وسعد، رضي الله عنهم، في نفر من أصحاب رسول الله، ﷺ، وتذاكروا العزل فقالوا: لا بأس به، فقال رجل: إنهم يزعمون أنها الموؤودة الصغرى، فقال علي، رضي الله عنه: لا تكون موؤودة حتى تمر عليها التارات السبع؛ حتى تكون من سلالة من طين، ثم تكون نطفة، ثم تكون علقة، ثم تكون مضغة، ثم تكون عظاماً، ثم تكون لحماً، ثم تكون خلقاً آخر، فقال عمر، رضي الله عنه: صدقت أطال الله بقاءك. وبهذا احتج من احتج على جواز الدعاء للرجل بطول البقاء.

وأما من جوزه بإذن الحرة، فقال: للمرأة حق في الولد، كما للرجل حق فيه، ولهذا كانت أحق بحضانته، قالوا: ولم يُعتبر إذن السرية فيه لأنها لاحق لها في القسم، ولهذا لا تطالبه بالفيئة. .[1].

قلت: ومسائل الفقه كلها على هذا النمط من الخلاف، والذي أراه مما تقدم جواز العزل للضرورة والله أعلم.

الأمراض المؤدية للضعف الجنسي

يمكن للضعف الجنسي أن يحدث في الكثير من الأمراض التي تصيب الجسم، سواء أدت الحالة المرضية إلى إتعاب المريض بشكل عام، أو أنها تركزت في عضو أو جهاز معين من الجسم، أو جاءت بسبب فعل الأدوية التي يتناولها المريض لعلاج المرض الذي يعانيه، هذا والأمراض التي قد تسبب حالة الضعف قد تكون أمراضاً جسمية طبية، أو جراحية، وقد تكون أمراضاً عامة، أو أمراضاً تصيب المناطق والأعضاء المرتبطة بالعملية الجنسية.

١ ــ النحول العام

إن من طبيعة معظم الأمراض التي تصيب الجسم، أن تسبب الشعور بالوهن الجسمي، وأن ينسحب ذلك على مستوى الرغبة الجنسية والأداء الجنسي. ويحدث ذلك بشكل عام في جميع الأمراض التي تسبب النحول، والألم، والعجز، مهما كانت أسبابها، وخاصة الحالات المرضية طويلة الأجل، أو التي تحتاج إلى فترة طويلة من النقاهة. ولمثل الضعف الجنسي الذي يحدث عادة في هذهِ الحالات المرضية، أن يثير حالة من القلق في

(١) «زاد المعاد» ابن قيم الجوزية ٢٦/٤ طبعة المكتبة القيمة.

نفس المريض، وأن يؤدي ذلك إلى التأثير على مستوى قابليتها الجنسية عند إبلاله الكامل من مرضه.

٢ ـ الأمراض القلبية

أجريت أبحاث عديدة في موضوع الارتباط بين الأمراض القلبية وبين الأداء الجنسي، وقد أفادت هذه الأبحاث بعدة ملاحظات هامة منها: أن أثر العلاقة الجنسية للمصابين بمرض قلبي يساوي أثر ارتقاء الدرج من طابق إلى آخر، أو أثر المشي السريع لفترة وجيزة، وبأن المريض إذا استطاع القيام بهذه الفعاليات بدون جهد واضح، فإن بإمكانه أن يمارس العلاقة مع شركه المعتاد. غير أن هنالك خطراً من هذهِ الممارسة مع شريك جديد، أو بعد غياب طويل. وفي دراسة أخرى، تبين أن هنالك نقصاً في عدد الممارسات من معدل ٥,٢ مرة في الشهر قبل الإصابة، إلى حدود ٢,٧ مرة شهرياً بعد أحد عشر شهراً من وقوع الإصابة. ويعزو الباحثون هذا الفرق الواضح إلى عوامل نفسية من القلق، والخوف من الإقدام على الممارسة. هذا وقد بينت دراسة أخرى أجريت على ٤٨ من المرضى الذين أصيبوا بالذبحة الصدرية، وأفادت الدراسة ١٨ منهم قد عانوا من أعراض تسارع في النبض، أو حدوث (الإنجانيا ـ الذبحة الصدرية)، وبأن خمسة من هؤلاء اضطروا لإيقاف العملية الجنسية بسبب الشعور بهذه الأعراض.

٣ ـ أمراض الكلى والجهاز البولي

جرت معظم الأبحاث على صنفين من المرضى، وهم الذين يؤدي بهم مرض الكلى إلى التسمم، وبالتالي اللجوء إلى تصفية الدم. والصنف الثاني هم المرضى الذين أجري لهم عملية زرع كلى. ففي الصنف الأول أفادت الدراسة (١٩٧٣) بأن نسبة عالية من هؤلاء المرضى يعانون من مشكلة القابلية الجنسية، والتي تتكون من نقص في تكرار الدافع الجنسي والعملية الجنسية، مع صعوبة في الإبقاء على الانتصاب (٦٠٪)، كما أفادت الدراسة على الإناث بحصول نقص كبير في إمكانية حدوث الذروة، فتناقصت هذه الإمكانية. فبينما كانت ٩٠ أنثى من مجموع ١٤٢ تحصل على الذروة قبل حدوث حالة التسمم الكلوي، فإن ٤٧ منهن فقط حصلن على الذروة بعد قيام حال التسمم، وعلى العموم، فإن البدء والاستمرار بتصفية الدم قد أدى إلى تدهور الوضع الجنسي في ٣٥٪ من الذكور، و٢٤٪ من النساء، ونسبة قليلة فقط من هؤلاء يعودون إلى حالة أفضل. ويعزى هذا التدهور إلى عوامل نفسية أكثر مما يعزى إلى أسباب عضوية جسمية. أما الوضع بالنسبة للذين أجريت عليهم عمليات زرع الكلية، فهو وضع مشابه لوضع تسمم الكلى وتصفية الدم، غير أن معاناة المرأة كانت أقل بكثير من معاناة الرجل في مثل هذا الأمر.

وقد تأيدت هذه النتائج من دراسات تالية. ويظهر من هذه الدراسات بمجموعها أن هبوطاً في القوة الجنسية في معظم حالات مرض الكلى، إن لم يكن في كلها، ومن غير الواضح طبيعة هذا الارتباط وإن كان يعتقد أن العامل النفسي في المريض هو العامل الفعال.

٤ ـ امراض المفاصل

تقترن أمراض المفاصل عادة، وفي الكثير من الناس، بدرجة أخرى من العطل الجنسي، وهو أمر متوقع بالنظر للفعل الناهي الذي يحدثه الألم، والتشنج، والتصلب المفصلي والعضلي، وكل ذلك يجعل العملية الجنسية من الذكر أو الأنثى عملية مؤلمة، قد يزيد ألمها على اللذة المتوقعة من إتمام العمل الجنسي، كما أن الألم يحدد في بعض الأوضاع والحركات اللازمة أثناء العلاقة الجنسية، مما يعيق العلاقة أو ينهيها قبل إتمامها، أو يختصرها. هذا ويمكن لمرض المفاصل أن يؤدي إلى تعقيدات أخرى بما في ذلك التهابات المناطق الجنسية، وآثار العقاقير المقاومة لالتهابات المفاصل، وبسبب عوامل نفسية أخرى. ومن الملاحظات التي تمر بالكثير من الأطباء شكوى الرجال من آلام الظهر (الظهار Lumbago)، وارتباط ذلك بالضعف الجنسي في عدد غير قليل منهم، ومع أن هذه الآلام قد تكون نتيجة مرض مفصلي في الفقرات، إلا أن الكثيرين منهم لا يعانون من ذلك، ولهذا فإن الارتباط بين الألم والضعف الجنسي هو ارتباط نفسي، وتكون شكوى المريض من آلام الظهر شكوى رمزية وتعبيرية واعية وخاصة في الذكور.

٥ ـ امراض الجهاز العصبي

يلعب الجهاز العصبي المركزي في الدماغ والنخاع الشوكي، وما تفرع عنه من أعصاب محيطة بما في ذلك الجهاز العصبي الذاتي، دوراً هاماً في العمليات الفيسيولوجية التي تتكون منها الأدوار المختلفة للعمليات الجنسية منذ نقطة تكوين وانطلاق الدافع الجنسي، وحتى نهاية الاستجابات المختلفة لهذا الدافع، وهكذا فإن أي خلل في هذا الجهاز أو ما تفرع عنه يمكن لهُ أن يضر بالعملية الجنسية، ويؤدي إلى إضعافها أو تعطيلها. وتشمل أمراض الجهاز العصبي التي يمكن أن تؤدي إلى عطل جنسي الأمراض التي تصيب:

(١) المناطق الدماغية المختصة بالحياة الجنسية، وهي المنطقة الحافية ونواة الهايبوثالموس، والثالموس.

(٢) الأعصاب الحركية المحيطة والذاتية، والتي تبدأ وتسيطر على عمليات الاستجابة الجنسية.

(٣) الأعصاب الحسية التي تحمل الإفادات الحسية إلى النخاع الشوكي.

(٤) المراكز في النخاع الشوكي بما في ذلك الخيوط العصبية الصاعدة إلى مراكز الدماغ والنازلة منه.

ومن الأمراض التي يمكن أن تؤثر على الجهاز العصبي، وبالتالي في العملية الجنسية هي حوادث الشدة، والألم، والأورام، والالتهابات، والنزيف الدموي، ومرض التشمع المنتشر (D.S)، والنقص الولادي في العمود الفقري (Spena Bifida)، وقطع النخاع الشوكي كلياً أو جزئياً، مع العلم أن هنالك مركزين متحكمين في الانتصاب في النخاع الشوكي، أحدهما ظهري قطني، والآخر عصعصي، بينما القذف يعتمد على سلامة كل من المركزين.

٦ ـ مرض السكري

إن المرض في حد ذاته لا يسبب ضعفاً جنسياً، وإذا ما حدث هذا الضعف فما ذلك إلا نتيجة ما يمكن أن يؤدي إليه المرض من إصابة الجهاز العصبي الذاتي بقسميه السمبثاوي والبارسمبثاوي. وكلا القسمين لهما فعلهما في السيطرة على الاستجابات الجنسية. ومرض السكري هو أكثر الأمراض تسبباً لإصابة هذا الجهاز بتسمية الأمراض. والمعروف أن حوالى ٣٠ـ ٦٠٪ من المصابين بالسكري يعانون من الضعف الجنسي بدرجة أو أخرى. وهنالك اختلاف بين الباحثين فيما إذا كان تأثير مرض السكري هذا يأتي عن طريق عصبي، أو هرموني، أو عن طريق الأوعية الدموية، غير أن معظم البيانات إلى أن تأثير المرض على الأعصاب للجهاز العصبي الذاتي مسؤول جزئياً عن هذه النتيجة. وفي الأبحاث على النساء المصابات بالسكري، تبين إصابة نسبة كبيرة منهن (٥٤٪) بتوقف الحصول على الذورة. غير أن هنالك أبحاثاً أخرى تعطي نسبة أقل من توقف الذروة في النساء المصابات بالسكري. هذا ويجب في كل حالة تقرير فيما إذا كانت هنالك أعراض عصبية أخرى أولاً في المرض، فوجود هذه الأعراض يجعل احتمال الضعف الجنسي أكثر إمكانية.

٧ ـ أمراض الأوعية الدموية

لما كانت أمراض الأوعية الدموية لا تحدث بمفردها عادة، وإنما كجزء من الأمراض التي تصيب جهاز الدورة الدموية، وجهاز الكلى والبول، وحتى الجهاز العصبي الذي يتحكم إلى حد ما في الدورة الدموية من القلب حتى أدق الأوعية، فإن من الصعب تقرير فيما إذا كان العطل الجنسي الذي يصاحب اضطرابات الأوعية الدموية هو عطل ناجم عن هذهِ الأوعية، أو عن فعل الأمراض الأخرى المصاحبة لاضطراب هذهِ الأوعية. وعلى العموم فإن أي شح في تزويد الدم للأعضاء الجنسية بسبب أي علة مرضية، أو حادث، فله

أن يؤثر في العملية الجنسية. ومن أمراض الأوعية الدموية التي يقترن وجودها بإمكانية الضعف الجنسية هو مرض ارتفاع ضغط الدم. وليس هنالك ما يؤكد وجود ارتباط أساسي بين الحالتين، وإن كانت نسبة الذين يعانون من ضعف جنسي، تزيد في مرض الضغط، إلا أن ذلك قد يكون نتيجة إما لتخوف المريض من الإجهاد والانفعال، وأثر ذلك الناهي عن إطالة الممارسة أو تكرارها، أو أنهُ يأتي نتيجة الآثار الجانبية للعقاقير المستعملة في علاج ارتفاع ضغط الدم. أما بالنسبة لانخفاض الضغط الدموي فإن الملاحظ هو أن الذين يعانون من انخفاض واضح من الضغط، فإنهم يعانون أيضاً من سرعة الإجهاد بما في ذلك الإجهاد الجنسي. وهنالك موضوع العلاقة بين توسع الأوردة الشرجية (البواسير)، وبين الشكوى المألوفة عند المصابين بها من الضعف الجنسي، ولعل تفسير هذه الرابطة إلى عوامل نفسية يردها المحللون إلى تثبيت الفرد أو نكوصه إلى دور جنسي نفسي سابق (الدور الشرجي). وقد لا يتجاوز الأمر مجرد انتشار الرأي عن هذه العلاقة من بعض الأوساط الاجتماعية، واقتناع المصابين بهذا التفسير، أو أخذهم به، حتى بدون توافر الدليل على وجود البواسير، وهو الأمر الذي يدفعهم إلى السعي إلى إجراء العملية الجراحية لاستئصال البواسير.

٨ ـ الاضطرابات الهرمونية

هنالك علاقة وثيقة وأساسية بين حياتنا الجنسية وبين الأجهزة الهرمونية المختلفة من الجسم. وتتألف هذه الأجهزة الهرمونية من نواة الهايبوثالموس، ومن الغدة النخامية، ومن الغدد الجنسية (الخصيتين في الذكر، والمبيضين في الأنثى)، والأمراض أو الاضطرابات التي تصيب الغدة النخامية والغدد الجنسية. وغدة السويرارنيل (الكظرية)، يمكن لها أن تؤدي إلى عطل في الدافع الجنسي والاستثارة الجنسية في كل من الذكور والإناث. ومن هذهِ الأمراض ضمور الغدد الجنسية الولادي، وتشمع الكبد الذي يؤدي إلى ضمور الخصيتين، وعجز في الغدة النخامية، وأورام غدة الأدرينال. والمعروف أن استئصال المبيضين لا يؤثر في حياة الأنثى الجنسية على عكس التأثير الذي يحدث بعد استئصال غدة الأدرينال. أما في الرجال فإن استئصال الخصيتين إذا ما حدث بعد اكتمال النمو، فإنه لا يؤثر كثيراً في الدافع الجنسي، أو الانتصاب عند معظم المخصيين. وتفيد الأبحاث الهرمونية أن الفرد، أنثى أو ذكر، يحتاج إلى مقادير قليلة من هرمونات الأندروجين للقيام بالسلوك الجنسي الطبيعي، وأن هذه المقادير تأتي من مصدرين، أولهما الغدد الجنسية (الخصية في الذكر، والمبيض في الأنثى)، والمصدر الثاني من غدة الأدرينال، فإذا انقطع المصدر الأول بسبب المرض، أو الاستئصال، تزود ما يحتاجه الفرد من المصدر الثاني. وهكذا فإن المهم هو توافر هذه المقادير القليلة، أما ما يزيد عليهما فلا يعرف أن لهُ أهمية

علاجية، وإن كان المعروف هو أن زيادة الأندروجين في الأنثى تؤدي إلى زيادة الدافع الجنسي عندها .

الضعف الجنسي لأسباب نفسية

يختلف الأشخاص الأصحاء في قدراتهم الذهنية والعقلية، وفي قدراتهم العضلية والجسمانية، ويختلفون كذلك في قدراتهم الجنسية. ومن المهم جداً أن لا ينسى كل متزوج هذه المعلومة إذا أراد لنفسه علاقات جنسية مرضية في حياته الزوجية، ومعلومة أخرى مهمة، وهي أن الرغبة الجنسية عند الزوج وعند الزوجة يتعاقب عليها فترات مد وجزر، تختلف من شخص إلى آخر، بمعنى أنه قد تكون الرغبة الجنسية متأججة في بعض الأيام، ثم تنحسر هذه الرغبة في أيام أخرى دون سبب واضح، وهذا المد والجزر الطبيعيان أكثر وضوحاً عند الأنثى...

الضعف الجنسي النفسي

كان لا بد من طرح هاتين المعلومتين قبل أن نحاول أن نتعرف على سبب الضعف الجنسي الذي قد يؤرق الكثير من الزيجات، ذلك لأننا إذا استعرضنا أسباب حالات الضعف الجنسي، فإننا نجد أن أكثر من ٩٠٪ من حالات الضعف أساسها أسباب سيكولوجية «نفسية»، أي غير مسببة بأمراض عضوية، وفي هذه الحالات يكون الضعف الجنسي ناتجاً إما عن عدم وعي الزوج بهاتين المعلومتين.. ونتيجة لعدم الالتزام بمضمونهما، وحتى يكون حال الكلام واضحاً، فإننا نذكر بعض الأمثلة لحالات الضعف الجنسي التي تعتري العلاقة الجنسية عند الزوجين...

أولاً: الممارسة الجنسية دون وجود رغبة جنسية:

من المعلوم أنَّ الرغبة الجنسية الحقيقية، وهي ما يمكن أن نعبر عنه باشتياق في الجنس، شرط أساسي لنجاح الممارسة الجنسية السوية. فإذا شرع الزوج في ممارسة الجنس دون وجود هذه الرغبة، فإنه يجد صعوبة لحدوث الانتصاب الكامل، فيلجأ إلى زيادة استثارة الرغبة الجنسية عن طريق التخيلات، وهذا يتم عن طريق العقل الواعي.

وقد ينجح الزوج في الحصول على درجة كافية من الانتصاب عن طريق هذه التخيلات، وقد ينجح أيضاً في ممارسة الجنس بصورة طبيعية، ولكن إذا غفل العقل الواعي عن هذه التخيلات لحظة واحدة، فسرعان ما يتراجع الانتصاب، وهذا يفسر الكثير من حالات الضعف الجنسي التي تظهر في صورة حدوث الانتصاب في مراحل الاستعداد للممارسة، ثم انحسار هذا الانتصاب عند البدء في الممارسة.

وقد ينجح الزوج في بدء الممارسة بداية طبيعية، ولكن ينحسر الانتصاب أثناء

الممارسة، وذلك إذا غفل العقل الواعي عن إعطاء الإشارات المبنية على التخيلات. وواضح أن هذا لا يحدث إذا تمت ممارسة الجنس استجابة لرغبة حقيقية، فإن الرغبة الحقيقية لا تعتمد على العقل الواعي اعتماداً كلياً، بل يوجد بالإضافة إلى ذلك، إشارات عصبية تلقائية من الغدد المساعدة «البروستاتا والحويصلات المنوية» الممتلئة بالإفرازات، وتأخذ هذه الإشارات في الازدياد تدريجياً حتى تنتهي بالقذف، وتفريغ الإفرازات الموجودة في الحويصلات المنوية والبروستاتا.

أي أنه يمكن أن نشبه العملية بجهاز يعمل أوتوماتيكياً، بمعنى أن ترسل إشارات عصبية من الغدد التناسلية المساعدة إلى مركز الانتصاب في النخاع الشوكي، تزداد في الحدة تدريجياً حتى يتم شحن مركز الانتصاب شحناً كاملاً، وتتحول الإشارات العصبية إلى مركز القذف بالنخاع الشوكي، وبانتهاء القذف تتوقف الإشارات العصبية تلقائياً، وبعد القذف تحدث مرحلة استرخاء كاملة وتسمى بمرحلة العصيان. . أي التي لا يمكن أن يحدث فيها الانتصاب مرة ثانية، وهذه تختلف مدتها من شخص إلى آخر، من نصف ساعة عند بعض الأشخاص أو أقل إلى بضعة أيام عند بعض الأشخاص الآخرين.

وإذا حاول الزوج أن يزاول أثناء فترة العصيان، فإن النتيجة الحتمية لهذه المحاولة هي الفشل، وهذا مثل آخر من أمثلة الضعف الجنسي.

وكثيراً ما نرى رجلاً يسمع من صديق له أنه يمارس الجنس أكثر من مرة في فترة وجيزة، فيحاول أن يقلده دون مراعاة للاختلاف الشديد بين الأشخاص الأصحاء في طول فترة العصيان، وتكون النتيجة الفشل. . هنا قد يحدث ضعف جنسي سيكولوجي عند هذا الشخص إذا لم يكن مدركاً لهذه الحقيقة، وقد يعتقد أنه يعاني من الضعف في القدرة الجنسية، لأنه لم يستطع أن ينفذ ما سمع به من أصدقائه، فينتابه القلق على قدرته الجنسية، وهذا القلق يؤدي إلى حدوث ضعف جنسي فعلاً، ولكن ضعف جنسي سيكولوجي وليس نتيجة لمرض، لأنَّ الضعف الجنسي العضوي لا يمكّن الشخص من ممارسة الجنس بصورة سوية ولو لمرة واحدة، ومجرد إدراك الشخص لسبب ضعفه الجنسي كفيل بعودة القدرة الجنسية إلى حالتها الطبيعية.

ومن المهم أن نقرر أن الرغبة الجنسية تمثل قمة انسجام الشخص مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، وأدنى شيء يعكر صفو هذا الانسجام قد يؤدي إلى انحسار الرغبة بصورة مفاجئة، وقد تكون الرغبة موجودة مثلاً أثناء النهار أو أثناء العمل، ولكن يحدث في البيت ما يعكر الصفو، وقد يكون شيئاً تافهاً جداً، ولكنه كفيل بتحطيم هذه الرغبة، وعند ذلك ينبغي على الزوج أن يؤجل المزاولة حتى يعود إلى حالته الطبيعية، وتعود الرغبة الجنسية الحقيقية، أو بمعنى أدق حتى يشتهي ممارسة الجنس مع شريكة حياته.

وواضح من هذا أن يكون هدفه الجنسي هو الزوجة، حتى تتسم العلاقة الزوجية بعلاقة جنسية سوية.

وهناك أمثلة أخرى من هذا النوع من الضعف الجنسي تتعلق بالالتزام بأوقات أو مناسبات معينة بالاتصال الجنسي، وقد تكون الرغبة الجنسية في هذه الأوقات أو المناسبات المعينة منحسرة، وقد ينجح الشخص في الوصول إلى ممارسة طبيعية وذلك عن طريق التخيلات، ولكن احتمال الفشل قائم في كل مرة، وقد يؤدي هذا الفشل إلى القلق على القدرة الجنسية، ومن ثم الضعف الجنسي السيكولوجي.

ثانياً: الممارسة دون وجود رغبة جنسية عند الزوجة:

هناك اعتقاد خاطئ يسود العامة بأن الرغبة الجنسية عند الزوجة أكثر نهماً منها عند الزوج، والسبب في هذا الاعتقاد أنَّ حالات المد والجزر في الرغبة الجنسية تكون أكثر وضوحاً عند الزوجة، بمعنى أن الرغبة الجنسية قد تكون متأججة عند الزوجة، ولكن هذا لا يمكث لأكثر من بضعة أيام تعود بعدها الرغبة إلى الانحسار.

وسبب آخر يكمن وراء هذا الاعتقاد الخاطئ، بأن الزوجة في معظم الأحيان لا ترفض الزوج حتى عند انحسار الرغبة الجنسية عندها، وذلك خشية أن تشعر بأنها تفرط في حق زوجها، وخشية أن تغضبه، أو خشية أن تدفعه إلى الانحراف.

وقد ثبت من الدراسة العملية أننا إذا قارنا معدلات الرغبة الجنسية عند الزوج والزوجة العاديين، فإن حدوث الرغبة عند الزوج أربع مرات، يقابلها مرة واحدة عند الزوجة، ولذلك فإنه يتعين على الزوج حتى ينعم بالتوافق الجنسي في معظم مرات الاتصال، أن يثير الزوجة، وهذه الإثارة لا تكون في صورتها المثلى إلاّ إذا بدأت بالإثارة العاطفية، تتبعها الإثارة الجسدية، ثم الإثارة الجنسية، وذلك قبل الشروع في ممارسة الجنس، بمعنى أن الإثارة الحقيقية والكاملة تستغرق عدة ساعات.. والإثارة العاطفية والجسدية تساعدان على إيقاظ الرغبة الجنسية عند الزوجة، ومن ثم تكون مستعدة للمشاركة الفعلية للمتعة الجنسية، وعدم مراعاة ذلك يؤدي إلى شعور الزوجة بأن الزوج لا يحترم رغبتها، وأنه أناني، مما يجعل من الصعب عليها أن تشاركه مشاركة حقيقية في الإثارة الجنسية أثناء الممارسة، وهذا يؤدي إلى تقليل المتعة عند الرجل.

وبمضي الوقت تصاب الزوجة بحالة قرف من العملية الجنسية، تنعكس على الرجل في صورة انحسار طويل الأجل في الرغبة الجنسية، مما قد يؤدي إلى الضعف الجنسي السيكولوجي عند الرجل.

ومن الجدير بالذكر أن الزوجة تتعرض أثناء الدورة الشهرية لتغيرات هرمونية معينة،

وهذه تنعكس على شعورها بالرغبة الجنسية، فقد تكون الرغبة متأججة في الأيام الأولى من الدورة، وتنحسر في أيام أخرى عند بعض الإناث، وقد يحدث العكس عند البعض الآخر... والتفاهم والصراحة بين الزوجين كفيلان بضبط إيقاع حياتهما الزوجية حتى يصبحان شريكين في المتعة الجنسية.

الضعف الجنسي العضوي

نأتي بعد ذلك إلى الضعف الجنسي العضوي والذي يمثل حالات أقل من ١٠٪ من حالات الضعف الجنسي.

نجد الأمراض العضوية التي تؤدي إلى الضعف الجنسي قد يظهر تأثيرها في أحد الصور التالية:

١ـ نقص أو فقدان الرغبة الجنسية بصورة غير طبيعية، أو ذلك من تأثير بعض الأمراض على الجهاز العصبي مثل مرض السكر، الذي يؤدي إهمال العلاج فيه مدة طويلة إلى حدوث ضمور بالأعصاب الموصلة للرغبة الجنسية، ويساعد على ذلك عدم اكتشاف الكثير من الحالات إلاّ بعد وصول المرض إلى مراحل متقدمة، وكذلك بعض الأمراض العضوية الأخرى التي تصيب الجهاز العصبي مثل الزهري، أو الأورام التي تصيب النخاع الشوكي، ولكن هذه الحالات نادرة جداً.

٢ـ سرعة القذف: قد يؤدي إصابة الحويصلات المنوية أو البروستاتا بالالتهاب أو الاحتقان إلى حدوث سرعة القذف، مما يمنع حدوث التوافق الجنسي بين الزوجين، فيضطر الزوج إلى محاولة تكرار الاتصال الجنسي فيفشل نتيجة «الوجود فترة العصيان».

وبتكرار العملية يحدث ضعف جنسي سيكولوجي نتيجة لوجود سرعة القذف، على أنه ليس كل حالات سرعة القذف نتيجة الاحتقان أو التهاب البروستاتا، فقد تنشأ سرعة القذف نتيجة لزيادة الإثارة الجنسية، وفي هذه الحالة فإنه يتحتم على الزوج عدم الشروع في تكرار الممارسة إلاّ بعد عودة الرغبة الجنسية، أما إذا حاول قبل ذلك فإنه قد لا ينجح في إحداث الإثارة الطبيعية، مما يؤدي إلى عدم الانتصاب، وأحياناً حدوث القذف قبيل اكتمال الانتصاب، ويحدث ذلك على النحو التالي:

إشارات عصبية من العقل الواعي لاستنهاض الإثارة قبل الأوان تصل إلى مركز الانتصاب، وفي نفس الوقت تستعصي الأعضاء التناسلية عن الاستجابة لإشارات مركز الانتصاب، وبتراكم إشارات العقل الواعي إلى مركز الانتصاب يمتلئ هذا المركز فتأخذ الإشارة طريقها إلى مركز القذف في النخاع الشوكي ومن ثم يحدث القذف قبل الانتصاب.

وبمرور الوقت تصبح سرعة القذف شبه عادة عند الشخص، وفي حالات نادرة

تكون سرعة القذف نتيجة لزيادة حساسية جلد حشفة العضو، وخاصة إذا لم تجر له عملية الطهارة، أو تأخر اجراؤها إلى سن متأخرة.

واضح مما سبق أن معظم حالات الضعف الجنسي تعتبر حالات غير مرضية، ويمكن للشخص أن يتفاداها إذا التزم بالتصرف في حدود طاقاته وإمكاناته، وإذا التزم بما جاء في كتابه الكريم حيث يقول عز وجل: ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾﴾ [الروم: الآية ٢١] . .

والتفاهم والصراحة بين الزوجين، واحترام كل منهما لشعور ورغبات الآخر، يندرج تحت قول: المودة والرحمة. .

الضعف الجنسي وسيلة لعقاب النفس

إن الإنسان نفس وجسد. نفس تأمر، وجسد يستجيب. والعملية الجنسية مثلها مثل باقي العمليات الفسيولوجية للإنسان، تحتاج إلى نفس سوية وجسد سليم حتى تتم على الوجه الأكمل، والصورة الصحيحة التي حددها لها الخالق.

ومن الخطأ بأن نتصور أن سلامة الجسد تكفي لإتمام أي عملية فسيولوجية للإنسان. . فالمعدة السليمة لا تستطيع هضم الطعام جيداً إذا ما كانت النفس مريضة، ويعاني المريض من سوء الهضم الذي لا يرجع إلى أسباب عضوية، وإنما مرجعه الوحيد إلى الأسباب النفسية. . ونفس الشيء نجده بصورة واضحة في العملية الجنسية التي تخضع لسيطرة العوامل النفسية على الأعضاء التناسلية. . مما يجعلها غير قادرة على الاستجابة الطبيعية للمؤثرات الجنسية على الرغم من سلامتها من الناحية العضوية.

والنفس البشرية متعددة الجوانب التي قد تنفرد أو تتداخل للتأثير على الكفاءة الجنسية، ولكن ما نتناوله بالحديث هو جانب واحد من هذه الجوانب العديدة، ألا وهو عقاب النفس، وما يمكن أن يؤدي إليه من إضعاف أو فقدان للقدرة الجنسية.

إن هناك أمثلة كثيرة نراها بين مرضى الضعف الجنسي، يؤدي بهم الشعور بالذنب والخطيئة إلى عقاب النفس على ما اقترفته من آثام، كما أن هناك من يؤدي بهم الفهم الخاطئ للأمور الدينية أو الصلات الاجتماعية إلى نفس النتيجة من الضعف الجنسي، وهم في واقع الأمر أصحاء من الناحية العضوية، ولكن العوامل النفسية كانت أقوى من الصحة الجسمانية، فهم - في واقع الأمر - أناس معذبون يعذبهم تأنيب الضمير، سواء على حق أو على فهم خاطئ.

إن نزعات التطرف الديني، قد أوجدت فئة من المرضى لا يدركون الحدود الواضحة بين الحرام والحلال، فاختلطت في أذهانهم الأمور، حتى ظن البعض منهم أن الجنس في حد ذاته

خطيئة، يجب الابتعاد عنها، أو حتى عن سيرتها. . وسيطر عليهم هذا الفهم الخاطئ لحقيقة الجنس، حتى إذا ما أقبلوا على الزواج وجدوا أنفسهم عاجزين عن الممارسة الجنسية، على الرغم من أن جميع الفحوص الطبية والعملية تؤكد سلامتهم العضوية.

ومن الأمثلة الأخرى لهذه الحالات من عقاب النفس، هو ما يمكن أن يقع فيه الشباب من رذيلة الزنى، ثم يكتشف بعدها إصابته بالضعف، أو العجز الجنسي الذي لا يرجع إلى أسباب عضوية، إنما هو في الواقع الشعور بالذنب، وعدم الرضا عن النفس لما اقترفه من إثم عظيم، ووجد في اللاشعور أنه يستحق العقاب على هذا الإثم، فترجم هذا العقاب إلى ضعف أو عجز جنسي.

ومن أكثر الحالات التي تقابلنا من عقاب النفس بالضعف الجنسي، هي حالات هؤلاء الشبان الذين يفرطون في ممارسة العادة السرية في سن المراهقة، ثم يقرأون بعض المعلومات غير الكاملة عن أضرار العادة السرية من الناحية الطبية، وعن النهي عنها من الناحية الدينية. . . وهنا يبدأ هؤلاء الشبان في ترجمة ما قرأوه إلى معاناة حقيقية من الضعف الجنسي، يعتقدون أنها العقاب الحقيقي الذي يستحقونه على ممارستهم للعادة السرية. . ومثل هؤلاء المرضى نجد عندهم القناعة الكاملة بأن ما أصابهم من ضعف جنسي هو نتيجة طبية حتمية، وجزاء إلهي على ما أقدموا عليه من مخالفة لأوامر الخالق.

إن ارتباط بعض الشبان بأمهاتهم هو ارتباط غير طبيعي، يصل بهم إلى حد التقديس، فيجعل البعض منهم يرى في المرأة ـ بصفة عامة ـ مثالاً لأمه، يجب أن يحافظ عليها نقية طاهرة، ويعتقد أن الجنس تدنيس لها، فيفقد قدرته الجنسية حتى لا يكون سبباً في تدنيسها حفاظاً على طهارتها وتقديراً لقدسيتها.

ومن الأمثلة الشائعة أيضاً لمثل هذه الحالات، ما يمكن أن يحدث للزوج الذي كان يحب زوجته التي ماتت، ثم اضطرته ظروف الحياة إلى الزواج من أخرى، إلا أنه يجد أن زواجه من أخرى يعتبر خيانة للزوجة الأولى، وعدم محافظة على العهد والحب بينهما، فيؤدي به هذا الشعور إلى معاقبة نفسه بالضعف الجنسي، حتى يظل على عهده بالوفاء لزوجته الأولى.

إن هذا قليل من كثير يمكن أن تلجأ إليه النفس البشرية كوسيلة للعقاب على خطايا، أو أخطاء، أومفاهيم غير صحيحة، وهي في الواقع وليدة ضعف في الثقافة بصفة عامة، وفي الثقافة الجنسية بصفة خاصة، وفي الانزلاق في تيارات التطرف الديني، ولو أن كل شاب زود نفسه بقدر من الثقافة في جميع الأمور المتعلقة بدينه ودنياه، ورجع إلى كل متخصص في تخصصه، يستفسر منه عما خفي عنه، ويستمع إلى نصائحه وتوجيهاته، لما ترك الفرصة لإصابته بالضعف الجنسي كوسيلة لعقاب النفس.

مخاوف المرأة

إن معظم مخاوف المرأة الجنسية تكون ناتجة عن ضعف في شخصيتها، وتنم عن مخاوف وقلق، وعدم تقدير صحيح لدورها في العملية الجنسية. ويقول المثل: «إن الرجل يقدم الحب ليحصل على الجنس، أما المرأة، فتقدم الجنس لتحصل على الحب». لذلك عندما يحاول رجل جعل العلاقة الزوجية «أكثر إثارة» باقتراحه على زوجته أن تلبس كذا، وتعمل كذا، أو تستجيب لهُ بطريقة مختلفة، يتبادر إلى ذهن زوجته سؤالان: الأول: «ما هو النقص الذي أشكو منه يا ترى، والذي يجعلني غير قادرة على استثارته». . والثاني: «هل يريدني من أجل الجنس فقط»؟. هذان السؤالان وأمثالهما يعكسان بلا ريب مخاوف هذهِ الزوجة، ويجعلانها تشكّ بحبِّ زوجها لها، فتعتقد بأنهُ يحبها من أجل غاياته الجنسية وإشباع شهواته.

من أجل إزالة هذه المخاوف، على هؤلاء الأزواج التقرب من زوجاتهم ومصارحتهم، بأن ما يقصدونه من تصرفهم هذا ليس التسلط، أو الحط، أو عدم محبتهم، وإنما يريدون أقصى ما يكن من الاستثارة البصرية والجسدية، وعند ذلك ستدرك الزوجات ما يريدهُ أزواجهن، وسيستجبن بحماس لرغباتهم، وبهذه الطريقة ستصبح العلاقة الجنسية الزوجية أكثر إثارة مع أو بدون التبرّج، أو التزين، أو اتخاذ الأوضاع المختلفة في الجماع.

إن مشكلة المرأة الشرقية هي أن عليها دائماً أن تتكيف مع رغبة زوجها الجنسية، وتتنازل لهُ عن الكثير من حقوقها من أجل الاحتفاظ به وعدم فقدانه. وهذا يعني عدم وجود تساوٍ بين ما تقدِّم هي من جنس، وما تحصل عليه بالمقابل من حب .

لماذا يكره الرجل والمرأة الجنس أحياناً؟

لا يعتبر الكره الجنسي تغيراً فسيولوجياً في سلوكيات الإنسان. . وإنما يعتبره العلماء من الأمراض المترسبة بالنسبة للرجل والمرأة في آن معاً. . ولذا، فإننا نتعرض لهُ، نظراً لما قد يعانيه الطبيب المعالج من مشقة كبيرة للسيطرة على هذا المرض، وإعادة السلوك الجنسي الطبيعي لكل من الرجل والمرأة.

ويتلخص هذا المرض في حدوث هلع ورعب غير عادي لمن يصاب به، عند مجرد الحديث عن الجنس، وقد تزداد درجة هذا الرعب فتؤدي إلى ارتفاع الضغط الدموي، وزيادة ضربات القلب، والعرق الغزير.. وفي بعض الأحيان يحدث عند النساء أكثر منه عند الرجال.

ولا يعتبر الكره الجنسي اشمئزازاً من التذوق الجمالي، أو من التصرفات المحيطة بالجنس، ولكنهُ أبعد وأخطر من هذا، فثمة توتر وكره ونفور غير عادي لكل ما يتصل بالجنس.. إذاً فالكره الجنسي هو دفقات من الانزعاج غير العقلي، يحدث من مجرد فكرة اللقاء الجنسي، وقد يكون أحياناً من لمسة يد، أو قبلة لا علاقة لها بهذا اللقاء.

وهكذا يتضح أن الأوهام تلعب أدواراً رئيسية في تصعيد حدة المرض.

ومن العجيب أن المرضى قد يجدون صعوبة بالغة في خلع ملابسهم، أكثر من الصعوبة التي يشعرون بها عند ممارسة الجنس نفسه، كما أنهم لا يظهرون طبيعيين جداً، إلا فيما يتصل بالجنس، فنجد أن معظم الرجال يتمتعون بانتصاب قوي وكامل.. ومعظم النساء يشعرون بالنشوة الجنسية الطبيعية عدة مرات.. وفي الكثير من الأحيان يتنكر هؤلاء المرضى في صور شتى، فقد يتظاهرون بالبرود الجنسي.. وقد يتظاهرون بعدم الاهتمام بالأمور الجنسية.. واعتبارها أموراً ثانوية.. وبالطبع فإن هذه التورية تقيدهم كثيراً، لأنها ستجعلهم في مأمن من مشكلة حياتهم، وهي الجنس.

وهؤلاء المرضى لا يمارسون الجنس أكثر من مرة أو مرتين كل سنة، وتكون هذه الممارسة إما تحت تأثير ضعف الإرادة الذاتية لهم بالكحول، أو تحت تأثير التهديد بالطلاق، أو الفضيحة... ومن الغريب أيضاً أنهم يشعرون بإثارة ذاتية طالما هم في مأمن من أي اتصال جنسي، ومعظم الحالات نجدها قد أصابت رجالاً ونساء مارسوا الجنس بطريقة طبيعية لسنوات عديدة.. وأحياناً لفترات قليلة.. ولذلك نجد أن أعمارهم غالباً ما تكون في الثلاثينات أو الأربعينات.. ومعظمهم طبيعيون جداً في الكثير من تصرفاتهم، بل ونجدهم أناساً ناجحين في عملهم، وعلى درجة كبيرة من الذكاء.

ويجب هنا أن نضيف معلومة هامة.. وهي أن مرضى الكره الجنسي يجب تفرقتهم عن مرضى التوتر العصبي الحاد، الذي يتسم بالشمولية، وقد يمتد إلى الجهاز الدوري التنفسي ليصل إلى درجة الإغماء، ولكنهُ غير مرتبط بفكرة الجنس بالذات، وإنما هو توتر عام من الحياة كلها، وقد يؤدي إلى انتحار المريض، أو إصابته بالذبول والوهن نتيجة رفضه الطعام لشهور طويلة.

أما بالنسبة لقوة الإرادة، فقد نجدها طبيعية في بعض المرضى، وقد تضعف في

البعض الآخر، لاعترافهم الذاتي بالفشل في التغلب على الكره غير المنطقي.. وفي حالات قليلة نجد أن المرضى الذين كانوا مصابين بانهيار عصبي، انعدمت فيهم إلى أقصى الحدود.. أما بعض مرضى الكره الجنسي فيصابون في فترات متقطعة بحالات مؤقتة من الاكتئاب النفسي، وقد يصادف أن يكون مريض الكره الجنسي مصاباً بضعف جنسي في الانتصاب إذا كان رجلاً، أو بعدم القدرة على الوصول إلى الشهوة الجنسية (الشبق) إذا كانت امرأة .

التدخين والدورة الشهرية

حواء العصر وهي في سبيلها للمساواة بالرجل، تتصور أن التدخين هو أحد مظاهر هذه المساواة، حتى أصبح التدخين خلال العشرين سنة الماضية أمراً طبيعياً ومألوفاً لدى الكثير من السيدات والفتيات في العالم أجمع.. بل إن نسبة النساء المدخنات ترتفع بصورة خطيرة ومستمرة.

ولم تتنبه حواء وهي تشعل سيجارتها إلى حقيقة هامة، وهي أن الدخان المتصاعد من هذه السيجارة.. يسلبها، دون أن تدري، مظاهر جمالها وأنوثتها.. ويفقدها تدريجياً شبابها ونضارتها مبكراً وقبل الأوان.

ولكن ما العوامل النفسية التي تدفع المرأة للتدخين؟.

- المرأة تتصور أن التدخين هو حق من الحقوق التي تساويها بشكل ما بالرجل، وكأنها وهي تدخن تعلن أنه لا شيء محظور عليها.

وقد تتصور المرأة المدخنة أن منظرها وهي تدخن السيجارة يوحي بالقوة والحسم، الأمر الذي قد يتطلبه الرجل فيها أحياناً.. فالرجال لا يحبون المرأة الأنثى مائة في المائة، وأتذكر بهذه المناسبة أن الشاعر العربي عمر بن أبي ربيعة كان يتمنى من هند محبوبته أن تستبد به ولو لمرة واحدة، إنما العاجز من لا يستبد.

وقد يبرز تدخين المرأة شخصيتها المستقلة التي تستطيع بها الاستغناء عن حاجتها للرجال بعض الوقت، وبالتالي فهي تتصور أن هذا الرمز الذي أصبح طوع إرادتها، تأخذه دون مذلة، وتحرقه دون استئذان، وتسحقه دون ندم. هذا الرمز يحميها من عملية الانتظار القديمة «الرضا صاحب الرضا».

أو قد تتصور المرأة - مثل الرجل - أن التدخين يحد من التوتر، وأنه يخفف من تركيزها على ذاتها بالتركيز على ما في يدها.

وعلى كل حال فطريقة تدخين المرأة هي التي تحدد تأثيرها على الآخرين، فالتي تدخن أثناء التفكير أو الانهماك في عمل عقلي يكون لها تأثير مختلف عن تلك التي تدخن

«والفم» المذهب على جانب عن شفتيها على سبيل الإثارة. ففي العشرينات كانت السيجارة في أيدي النساء تعني الإثارة.. وتعني إضافة جو من الغموض وعدم الاكتراث.. وكانت بعض نساء الطبقات الراقية يدخن فقط في الصالونات والحفلات الخاصة.

تأثير التدخين على جسد وجمال المرأة

ـ التدخين يساعد على ظهور التجاعيد مبكراً على وجه المرأة المدخنة.. لأن دخان السيجارة الداخل إلى الرئتين يحد من كمية هواء التنفس، فتقل بالتالي كمية الأوكسيجين المتجه إلى الرئتين، والذي يحمله الدم بعد ذلك لتغذية الجلد..

وهكذا تظهر التجاعيد مبكراً على بشرة المرأة نتيجة قصور تغذية الجلد بالأوكسيجين اللازم..

ـ إن كثرة تدخين المرأة يؤدي إلى حدوث التهابات في الأحبال الصوتية، الأمر الذي يعمل على تغير نبرة صوتها، وبدلاً من أن يكون صوتها رقيقاً ناعماً، يضفي عليها أنوثة ودفئاً، يصبح صوتها خشناً أجش، بالإضافة إلى أن التدخين يعمل على التهاب الغشاء المخاطي المبطن للحلق.. فتصاب المرأة بالسعال المصحوب بالبصاق (البلغم)... الأمر الذي ينال من نضارتها وحيويتها وجمال مظهرها..

والأمر لا يقتصر على هذا.. فالتدخين يقلل أيضاً من كفاءة المادة المناعية الموجودة في اللعاب، وهذا يتيح الفرصة لأية جرثومة أن تدخل وتداهم اللثة، واللسان، والبلعوم، والحنجرة، والحلق، والجيوب الأنفية، وغيرها.. الأمر الذي قد يؤدي إلى نقص كفاءة هذه الأجهزة، وانبعاث رائحة غير مستحبة من فم المرأة.. مما يقلل من أنوثتها وجمالها..

ـ ولقد أثبتت الأبحاث العلمية التي أجريت مؤخراً أن التدخين يؤثر على أذن المرأة ويقلل من قوة سمعها، ويصيب الأذن بشيخوخة مبكرة، بحيث تصبح قوة سمع المرأة غير المدخنة، وهي في الثلاثين، تماثل قوة سمع المرأة غير المدخنة وهي في الخمسين من عمرها.. وذلك مرجعه إلى أن كمية الدم الواردة إلى شرايين أذن المدخنة تكون أقل من المعتاد.

وفي النهاية أؤكد أن الإفراط في التدخين قد يؤدي إلى الإصابة بالسرطان، بعد أن أكدت الأبحاث العلمية أن نسبة حدوث الأورام السرطانية في المدخنات والمدخنين تماثل عشرة أمثالها في غير المدمنين على التدخين..

ـ الإفراط في التدخين يفقد أسنان المرأة بياضها الناصع ولمعانها.. لأن النيكوتين المتصاعد مع دخان السيجارة يترسب على الأسنان، ويكوّن طبقة غامقة اللون غير مستحبة.

كما أن الإفراط في التدخين يصيب لثة المرأة بالتهابات مزمنة نتيجة سخونة الدخان المتصاعد من السيجارة.

وهكذا تفقد المرأة أهم عناصر جمالها.. أي ابتسامتها الجذابة.. المضيئة بأسنان ناصعة، وشفتين، ولثة وردية وسليمة..

- ولقد أجريت دراسة أكدت أن تدخين المرأة يؤثر على جمال عينيها.. فالدخان الساخن المتصاعد من السيجارة محملاً بالمواد الكيماوية، يفقد المرأة بريق عينيها الجميل ويؤدي إلى التهابات فيها.

كما أكدت الدراسة أن للتدخين آثاراً سيئة على شبكية العين، وعلى حدة الإبصار وخاصة للألوان.. وقد يحدث التدخين ضموراً في العصب البصري، قد يؤدي في النهاية إلى مضاعفات سيئة.

- تأكد بشكل قاطع وجود علاقة بين كثرة التدخين والاختفاء المبكر للدورة الشهرية، أو سن اليأس.. لأن المواد الناتجة عن احتراق السيجارة تؤثر على التوازن والنظام الهرموني في الجسم.

وقد أجريت دراسات على ٥٧ ألف امرأة في تسع دول أوروبية، اتضح منها أن انتهاء الدورة الشهرية عند المرأة المدخنة يكون قبل موعده المعتاد بحوالى عامين.

وكلما زادت كمية السجائر التي تدخنها المرأة اقترب موعد اختفاء الدورة الشهرية.

كما أن التدخين يؤثر على صحة الجنين في بطن الأم المدخنة، بحيث يؤثر النيكوتين والمواد الضارة الناتجة عن التدخين.. على الأوعية الدموية التي تغذي المشيمة، والتي تغذي بدورها الجنين، فيولد الطفل ناقص الوزن.. كما أن معدل الإجهاض، ووفاة الأطفال حديثي الولادة للأمهات المدخنات، يعادل الضعف لغير المدخنات.

وهكذا فإن التدخين يؤثر على أهم وظائف المرأة وهي الأمومة.

- التدخين يزيد من معدل الإصابة بالأمراض العضوية، ويسبب عدم التكامل في النشاط الجسماني... وإذا كان جمال المرأة في نضارتها، وحيويتها، ونشاطها، فإن التدخين ينال من هذه الميزات. فهو يؤثر على الجهاز التنفسي ويسبب نهجاناً وآلاماً بالصدر. ويعمل التدخين على زيادة واضطراب دقات القلب، وارتفاع ضغط الدم، وضيق الشرايين التاجية.

وبالتأكيد فإن مثل هذه الأمراض لا بد وأن تسلب المرأة حيويتها، ونشاطها، ونضارتها، وهي عناصر جمالها الأساسية. أضف إلى ذلك أنه من المؤثرات على الجنس.

تحذير.. في شهر العسل

ليس من المعقول أن تسمح لنفسك بعلاقة زوجية كاملة خلال الشهر بطوله.. فهناك ضرر في العلاقة الزوجية خلال فترة الدورة الشهرية..

ـ ما هي أبعاد هذا الخطر؟

ـ الإجابة في بحث علمي أجري على عدد من السيدات، أما نتائج البحث فتقول إن حوالى ١٥٪ من السيدات كانت لهن علاقة بالزوج أثناء فترة الحيض.

وعند البحث عن السبب في ذلك، على الرغم من وجود متسع من الوقت خلال الفترة الطويلة المتبقية من الشهر، اتضح أن هناك أكثر من احتمال وسبب يؤدي إلى حدوث هذه الظاهرة!

* هناك الرغبة الشديدة من ناحية الزوج، ويحدث ذلك خاصة في أول أيام الزواج، حين يتم اللقاء الجنسي مرات متعددة خلال اليوم الواحد، ويحدث ذلك في غياب الحيض أو وجوده!

* كذلك قد تطول فترة الحيض إلى ثمانية أو عشرة أيام، وقد تكون كمية الدم قليلة خلال الأيام الأخيرة من الدورة، وهكذا قد يحدث اللقاء في الأيام الأخيرة.

* وهناك أيضاً الزوج الذي يعمل بعيداً عن زوجته فعندما يعود هذا الزوج في إجازة قصيرة يكونُ اتصاله بزوجته ضروري واضطراري، ولا يهمهُ إذا كان ذلك في أيام الدورة... أو لا.

ـ أما اللقاء الجنسي أثناء فترة الحيض فأمر غير مرغوب فيه.. وهناك أكثر من سبب لذلك:

* لا تكون الزوجة أثناء الحيض في أحسن حالتها، والواقع أن إعفاءها من هذه المهمة خلال فترة الحيض يعطيها شيئاً من الراحة هي ـ في الواقع ـ بحاجة إليها.

* خلال الحيض يتساقط الغشاء المخاطي للرحم، ويصبح تجويفهُ عارياً وأكثر عرضة للالتهابات العنيفة، هذا إذا تعرى لأي سبب من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الالتهاب.

* خلال فترة الحيض يكون عنق الرحم مفتوحاً، فيسمح بدخول أحياء غريبة إلى داخل الرحم خلال فترة اللقاء.

* من المعروف أنهُ من ضمن الموانع الطبيعية التي تقي المرأة الالتهابات هي حموضة السائل المهبلي.. ومن المعروف أيضاً أن هذا السائل يفقد حموضته تماماً أثناء الحيض، ويصبح قلوياً، وهذا يمهد الطريق للعديد من الميكروبات عندما يتم اللقاء!.

* كما قد تزداد حساسية جدار المهبل خلال فترة الحيض حيث يصبح الجماع مؤلماً.

* يسبب اللقاء الجنسي احتقاناً شديداً بالحوض، وهذا يؤدي إلى ازدياد دم الحيض ونزوله في شبه نزف.

- فلكل هذهِ الأسباب من المستحسن تجنب اللقاء الجنسي أثناء فترة الدورة الشهرية لما قد يؤدي إليه من متاعب للزوجة.. أما ناحية الزوج فليس هناك دليل طبي على أن مثل هذا اللقاء ضار بالزوج .. ولكن عليه أن يشعر مع زوجته في مثل هذهِ الأيام (الدورة الشهرية)، وأن يريحها لما تحتاجهُ من راحة.

من المعروف أن الخلايا المنوية سريعة الانقسام، بمعنى أنها في حركة مستمرة، بعكس خلايا الجسم العادية.. ولذا، فهي سريعة التأثر بأي تغيير يحدث في الوسط المحيط بها.. فنجد أنها تتأثر بالهرمونات والإشعاع، والتغذية.. والمضادات الحيوية التي تهاجم الميكروبات، أو البكتيريا ـ على وجه الخصوص ـ لا تسلم منها خلايا الجسم المعتادة.. وبالتالي فإن الخلايا المنوية تكون أكثر حساسية.. وعلى سبيل المثال: إذا استخدمت مادة «الفيورادنتين» المستخدمة في علاج المسالك المنوية بدون إشراف طبي، فإنها تؤخر عملية انقسام الخلايا المنوية، مما يقلل من فرص الخصوبة.. وينطبق هذا أيضاً على مادة «الميترونيازول»، المستخدمة في علاج أنواع خاصة من البكتيريا.

كذلك فإن استخدام المضادات الحيوية لفترات طويلة بصفة عامة، يؤدي إلى نشاط الفيروسات والفطريات، وبالتالي يتغير الوسط المحيط بالخلايا في الأعضاء التناسلية كالمهبل، ومجرى البول، مما يسمح بنمو هذه الميكروبات بتأثيراتها السلبية على درجة الخصوبة.

كما أن استخدام المضادات الحيوية بطريقة غير علمية (عشوائية) يؤدي إلى استخدام ميكروبات تسبب التهابات تقاوم المضادات الحيوية، وهذه يصعب علاجها، فضلاً عن أنها تجعل من عملية اللقاء الزوجي عملية صعبة ومؤلمة، مما يجعل الإنسان غير قادر على ممارسة العلاقة الجنسية بصورة طبيعية.

أيضاً يؤدي الإفراط في استخدام المضادات الحيوية ـ في الحالات البسيطة ـ إلى ظهور أجيال من الميكروبات لا تتأثر بها، وهذا يستدعي استحداث مضادات حيوية جديدة بما تحمله من أبعاد اجتماعية واقتصادية.. وفي نفس الوقت يصبح الشفاء من أي مرض آخر جديد عملية شاقة كما من حالات التهاب البروستاتا المزمن، فقد يصل الأمر إلى أن يكون علاجها صعباً للغاية، وهذا الالتهاب هو أحد العوامل المهمة والرئيسية في عقم الرجال.

حبوب منع الحمل للدجاج وأثره على الجنس

إنهُ قد يبدو موضوعاً غريباً من نوعه، ولكن الأبحاث العلمية التي توصل الطب إليها تدعونا إلى التطرق لهذا الموضوع وما لهُ أهمية.

هنالك قضية خطيرة تتعلق بصحة المواطنين، وهي تربية الدواجن بالتسمين، ففي الكثير من الدول، ومنها الدول العربية، يلجأ مربو الدواجن في المزارع إلى تربية الدواجن بالتسمين، وذلك باستخدام هرمونات خاصة تزيد وزن الفرخ الصغير خلال ٤٠ـ ٤٥ يوماً إلى ما يصل كيلو أو أكثر.. وهذا الدجاج لا تقل خطورتهُ عن الطعام والأغذية الملوثة بالإشعاع.

ويوجد في الأسواق أرخص أنواع الهرمونات، وهي حبوب منع الحمل، حيث إنها متوفرة بكثرة وزهيدة الثمن، وأيضاً الحصول عليها سهل للغاية... وبالإضافة إلى ذلك يتم إضافة هذهِ الحبوب إلى الهرمونات الأنثوية، حيث تعطى إلى الدواجن، ويتم اختصار الوقت إلى ٣٠ يوماً فقط لتسمينها للحد المطلوب.

أما وجه الخطر على القدرة الجنسية يكمن في تناول هذهِ الأطعمة، وخاصةً الدجاج المسمن بالهرمونات الأنثوية وحبوب منع الحمل، حيث تؤدي إلى الضعف الجنسي عند الرجال.

أما بالنسبة للسيدات اللاتي لا يتناولن حبوب منع الحمل رغبة في الإنجاب، فإن الدجاج يقوم في هذهِ الحالة بدور الحبوب المانع للحمل، فيتأخر الحمل دون سبب معروف. وعندها تُثار المشاكل الأسرية. أما اللاتي يتناولن حبوب منع الحمل فإن الدجاج يقوم بدور إضافي، وهو زيادة الهرمونات في الدم، وهذا ما يؤدي للأورام السرطانية، خاصة أورام الثدي الخبيثة والحميدة.

وعلى ضوء ذلك، فمن الواجب علينا أن نسلط الأضواء على مربي مزارع الدجاج الذين يستخدمون هذهِ الهرمونات، والحبوب، ومختلف المركبات الكيماوية، والتي من شأنها التسبب بحصوات الكلى، وسرطان الدم، وكذلك الفشل الكلوي، وتشمع الكبد. وأن يراعوا ضمائرهم بعدم تسبب المضرة للإنسان وصحته، والتخلص من الطمع والشجع الذي يسيطر على نفوسهم.

ممّا لا شك فيه أن الوظيفة الطبيعية للخصية تتم في وجودها داخل كيس الصفن. وهذا الكيس يقع خارج البطن، وفي درجة حرارة تقل عن درجة حرارة البطن بحوالى الدرجتين.

ومن هنا كان الاهتمام الشديد بعلاج حالات الخصية المعلقة، وفي سن مبكرة، أمراً ضرورياً.. حيث إن تأخر نزول الخصية في كيس الصفن، وذلك لأن وجود الخصية داخل البطن، أو فوق كيس الصفن، أو أي مكان قريب غير الكيس، يعرضها لتأثير ضار على وظيفتها الإنتاجية للحيوانات المنوية عند سن البلوغ للشاب.

وفي إحدى النظريات، أنهُ توجد علاقة بين دوالي الخصية والعقم. حيث إن وجود الدوالي يؤدي إلى ركود الدورة الدموية، وارتفاع ضغط الدم، ودرجة حرارة الخصية.

ومن هنا أحد أسباب ارتباط وجود الدوالي يضعف إنتاج الحيوانات المنوية من الخصية ونوعيتها.

وعلينا أن نتذكر دائماً أن ارتفاع درجة الحرارة للخصية يسبب لها العديد من المشاكل والضعف، والدليل على ذلك المكان المناسب الذي خلقهُ الله سبحانهُ وتعالى لتكون فيه حيث الحرارة المعتدلة لها.

لذا فإن من أهم النصائح الصحية والطبية في مجال الخصوبة، والمحافظة على وظائف الخصية، هو عدم ارتداء الملابس الضيقة والمحكمة الإغلاق والسيئة التهوئة للأعضاء التناسلية، وخاصة التي تضغط على منطقة أوسط وأسفل البطن، مثل الجينز الضيق وارتداء المايوهات الضيقة المصنوعة من النايلون عند السباحة.. حيث إن مثل هذه الملابس تمنع تهوئة الأعضاء التناسلية، وأيضاً فإنها تسمح بارتفاع درجة الحرارة في هذه الأعضاء، مما ينجم عنهُ العديد من المشاكل التي تؤثر على هذه الأعضاء، وتسبب في ضعف القدرة الجنسية عندهم.

الملابس الضيقة والتهاب الأعضاء التناسلية

* من العوامل التي تساعد على حماية المرأة من التعرض للالتهابات الطبيعية في أعضائها التناسلية:

١ ـ تأثير إفرازات عنق الرحم المضاد للبكتيريا والمحتوية على مادة (الليسوزيم).

٢ ـ تطابق الشفرين، وكذلك جدار المهبل تشريحياً.

٣ ـ تأثير درجة حموضة المهبل.

٤ ـ الإفرازات الخارجة من الغدد الموجودة في المهبل.

* ويؤثر ذلك العوامل التالية:

ـ عامل السن: حيث تزيد الالتهابات في سن الطفولة وسن اليأس.

ـ الدورة الشهرية: وذلك نتيجة الدرجة القلوية بالمهبل التي تحدث أثناءها تعرض السيدة لحدوث الالتهابات.

ـ الحمل والنفاس: حيث يكون تغيراً فسيولوجياً أثناء الحمل في الرحم.. ويصاحبهُ تغيرات عدة في الإفرازات المهبلية.

ـ حبوب منع الحمل: حيث تغير من درجة الحموضة والقلوية بالمهبل.

ـ ووجود الأجسام الغريبة في المهبل من لوالب لمنع الحمل وغيرها.

* أما من أهم الالتهابات فهي:

*** الفطر الأبيض: ومن أعراضه:**

أ ـ حدوث حكة تزداد ليلاً.

ب ـ إفرازات سميكة بيضاء كاللبن المتخثر وملاصقتها لجدار المهبل مع وجود احتقان في الشفرين.

جـ ـ احتقان في جدار المهبل وفتحة الشرج وكذلك الفخذين.

ـ من العوامل التي تساعد على وجود الفطر الأبيض:

أ ـ الحمل: حيث تقل الإفرازات المهبلية.

ب ـ الدورة الشهرية: حيث يصاحبها تغير في درجة الحموضة في المهبل.

جـ ـ أنيميا نقص الحديد.

د ـ حبوب منع الحمل.

هـ ـ الأدوية المحتوية على مادة الإستروجين.

و ـ المضادات الحيوية.

ز ـ الكورتيزون: وذلك لأنهُ يخفف من المناعة الطبيعية في الجسم.

حـ ـ والملابس الضيقة: وذلك لما تسببهُ من صعوبة في تهوئة الأعضاء التناسلية.

ـ ويتمثل العلاج لهذا المرض بـ:

١ ـ إستعمال العقاقير المضادة لهذا الفطر.

٢ ـ التشطيف اليومي بالماء والصابون أثناء فترة المرض... وكما يحددها الطبيب.

٣ ـ عدم استعمال الملابس الضيقة.

٤ ـ غلي الملابس الداخلية والغيارات، ثم يتم كيها.

*** ترايكومونس: ومن أعراض هذا المرض:**

١ ـ حكة مهبلية.

٢ ـ حرقان عند الاتصال الجنسي.

٣ ـ وجود إفرازات رغوية بيضاء أو خضراء.

٤ ـ تورم واحمرار في المهبل.

ـ العلاج:

عند الإصابة بهذا المرض يجب علاج الزوجين معاً لانتقال العدوى بينهما.

*** الإلتهابات السيلانية: ومن أعراض هذا الالتهاب:**

١ ـ إصابة المهبل، وقناة البول، والغدد التي حولها، وقناة الإست بالالتهاب سوياً.

٢ ـ حدوث آلام وتورم مصحوب باحمرار بالشفرين.

٣ ـ وجود آلام في غدة بارثولين... وكذلك آلام عند التبول.

٤ ـ ملاحظة إفرازات حضراء.

ـ العلاج:

يتم العلاج بإعطاء المضادات الحيوية مثل البنسلين.. وأيضاً تجنب الملابس الضيقة في حالة الإصابة والمرض.

*** جاردنيلا: وفي حالة الإصابة تظهر الأعراض التالية:**

١ ـ حكة مهبلية بسيطة تزداد أحياناً.

٢ ـ إفرازات مهبلية رائحتها تشبه رائحة السمك.

* ونود أن نشير إلى بعض الأعراض المرضية التي تؤلم المرأة وتكثر الشكوى منها وهي:

ـ الحساسية نتيجة استعمال بعض الأدوية.

ـ الحساسية العامة بالجسم.

- العوامل النفسية.

- الالتهابات الفيروسية مثل الهربس.

- بعض الديدان مثل الدودة الدبوسية والتي تسبب حكة شرجية مؤلمة.

* كما نشير أخيراً إلى أن معظم هذه الأمراض السابقة ناتجة عن استعمال الملابس الضيقة بالإضافة للأسباب الأخرى.. ولما تسببهُ هذهِ الملابس من سوء في التهوئة.. وانحشار الأعضاء التناسلية مع البولية والشرجية، مما ينتج عنهُ انتقال بكتيري وجرثومي من الفتحة الشرجية إلى الأعضاء التناسلية. والإصابة لهذهِ الأعضاء بالالتهابات المختلفة والتي سبق ذكرها.

قال العالم النفسي مدير معهد علوم السلوك إن الرجال قد أخذوا يفقدون تقديرهم لذواتهم حتى أصبحت قيمتهم في نظر أنفسهم كذكور، عرضة للخطر.

وقد عزا بعض العلماء هذا الانحدار إلى تسلط الآلة على حياة الإنسان، وما يحدثه ذلك من نزاع مباشر مع المبدأ الخلقي. وهناك عوامل أخرى لذلك، كما يقول أولئك المؤمنون بانحدار الرجل، منها تلك التناقضات التي أوجدتها الثورة الألكترونية، التي حرمت الرجال من الأعمال التي تشكل فيها القوة الجسدية والنشاط الجسمي عناصر هامة.

ويقول دعاة هذه المدرسة إنه مع انحدار دور الرجل يقوى دور المرأة. ولا مراء في أن لهذا الرأي نصيباً من الصحة، لأن المهارات المرتبطة بالمرأة عادة لا يقل الإقبال عليها في عصر الآلة، بل يزداد هذا الإقبال مستقبلاً في أمور الصحة والتعليم والرفاهية والتسلية. إن اللمسة الأنثوية شيء سيبقى ضرورياً في المستقبل كما في الحاضر، إن لم تزد الحاجة إلى هذه اللمسة. إن التقارب الجسدي ينشأ عنه تباعد عاطفي وازدياد في السطحية في العلاقات الإنسانية... ولإحداث التوازن يصبح من واجبات المرأة تبسيط وتسهيل العلائق الإنسانية الفردية بين الناس في المجتمع الآلي.

وتكوّن الجو الذي يناسب مصلحة المرأة يمكن أن يؤدي إلى سيطرتها. وفي التاريخ شواهد كثيرة على أن معظم النساء لا يحببن أن يكن المسيطرات. فالفتاة، حتى المستقلة بنفسها القادرة على إعالة نفسها، لا تملك إلا أن تعترف بأنها في حاجة إلى ذكر يسيطر عليها. ومن سوء الحظ أن كثيراً من النساء يجدن أنفسهن مرغمات على الاسترجال القوي. ومن سوء الحظ أيضاً أن غياب الذكر المسيطر يشكل العنصر الهام في بروز حالة الشذوذ الجنسي، وحالات الشذوذ الأخرى بين صغار الأسرة.

وفي المجتمعات العائلية من هذا الطراز، يشعر الرجال بأنهم في غير أماكنهم الصحيحة، وتشعر النساء بأنهن مجردات من الأنوثة. ويدرك الجنسان إدراكاً غامضاً بأنهما لم يعودا في حاجة إلى بعضهما البعض. فالأسرة في هذه الأيام لا تحتاج إلى رجل يحميها من سطوة عصابات النهب والسرقة، أو رجل يقوم ببناء منزل الأسرة، كذلك فإن الرجل يستطيع في المجتمعات المسرفة في الحضارة الاستغناء عن امرأة تنظف له منزله. وقد قال

عالم نفسي في إيضاح الرابطة العائلية: «لقد كنا نحب بعضنا بعضاً لأننا كنا في حاجة إلى بعضنا، أما الآن فإن الأمر قد صار على العكس من ذلك، فنحن في حاجة لبعضنا لأننا نحب بعضنا بعضاً. ومعنى ذلك أن الروابط لم تعد وظيفية بل صارت عاطفية».

لو صدقت حجة هذا العالم النفسي هذه لكان للقضية نواحيها الإيجابية... فعاطفة الود أساس قوي في العلائق البشرية، سواء أكانت علائق زوجية أم غير ذلك، هي أقوى من الحاجة إلى النزعات القائمة على نشدان الخدمة.

إن رابطة الزواج تستطيع، حتى في هذه البيئة، أن تجد التربة الصالحة التي تمكنها من الديمومة. ومن المفارقات أن المرأة كلما ازدادت انصرافاً نحو حياتها العملية، ازدادت حاجتها إلى الاستقرار في كنف الزوج.

ومع ذلك فليست الحياة كلها حلوة خفيفة بالنسبة للمرأة الجديدة. فهنالك فرق عظيم وتناقض كبير بين الحقوق القانونية والحقوق الواقعية كما يشعر بها الرجال والنساء. ويبدو أنه كلما ازدادت التحسينات في حياة المرأة، ازدادت أسباب التذمر لديها، لأنه مع التحسينات تخلق التوقعات الكثيرة، وتزداد الفرص أمامها، وتكثر أسباب اندماجها في الحياة، وهذه كلها في حاجة إلى سعي وجهد. إن تاريخ الثورات في العالم يدل على أنها تحدث بعد أن يتحقق قسط من الإصلاحات والتحسينات. وهذا يعني مثلاً أن ارتفاع نسبة الطلاق لا يدل بالضرورة على ارتفاع عدد الزيجات الضعيفة المهلهلة، بل قد يدل على أن التحسينات قد أحدثت مزيداً من التوقعات، ومزيداً من أسباب التذمر وعدم الرضى بالواقع. ومن المهازل أن التحسينات التي تطرأ على الحياة الزوجية قد تكون هي السبب في حوادث الطلاق.

إنه لا وجود لأجوبة سهلة على الأسئلة المتعلقة بهذه الناحية، غير أن الأمل منوط بأن ينتج عن هذا التفاعل العنيف، ازدياد إدراك المرأة لذاتها، في الوقت الذي يعود فيه الرجل أيضاً إلى اكتشاف ذاته.

إن طبيب الأسرة البارع لا يكفي أن يكون طبيباً حتى يستطيع علاج أفراد الأسرة من كثير من أمراضهم، بل يجب أن يكون ساحراً أيضاً. ففي كثير من الأحيان يستطيع الطبيب أن يكتشف أعراضاً يسهل تشخيصها، ومع ذلك لا تستجيب هذه الأعراض لأي علاج. ولهذا السبب لا بد أن يكون الطبيب الصحي بالسليقة طبيباً نفسياً أيضاً.

ومعظم الأطباء في عصر السرعة الذي نعيش فيه لا تربطهم بمرضاهم علائق الود، وهذا النوع من الأطباء لا تتاح له الفرصة الكافية للولوج إلى داخل نفس كل مريض، ووصف العلاج المناسب له. ولكن هنالك مع ذلك أطباء لا يدخرون جهداً أو وقتاً في

سبيل التعرف إلى الشكاوى النفسية عند مرضاهم عندما تثور الشكوك في نفوسهم حول نواحٍ معينة.

ومن الأمثلة على ذلك قصة مريضة شابة جاءت إلى عيادة الطبيب تشكو أعراض التعب، وفقدان الشهية، والأرق، والقلق. وقد لاحظ الطبيب وهو يقوم بطرح الأسئلة عليها، تقاطع ساقيها وحركتهما العصبية، كما لاحظ أصابعها المتوترة التي كانت تشد على ثوبها بحركات عنيفة. وتأكد على الفور من أن مشكلتها بنت عامين: فقد علم أنها متزوجة منذ عامين.

وبادرها الطبيب قائلاً: إن زواجك فاشل أليس كذلك؟ وما كاد الطبيب يطرح هذا السؤال حتى انفتحت الأبواب المغلقة، واندفعت المريضة كالسيل تشرح مأساتها مع زوجها، الذي رأت فيه خاطباً مثال النبل والرقة والشهامة، فلما تزوجها قست مشاعره وانصرف عنها، كما انصرف أبوها عن أمها من قبل. وأدرك الطبيب على الفور أن قضية هذه المرأة نفسية لا جسدية، ما دامت قد أوجدت رابطة بين حياتها مع زوجها، وبين حياة أمها مع أبيها، فنصحها بأن تستشير طبيباً نفسياً. إنه لم يشأ أن يهدر ساعات من وقته الثمين، وأن يوصي بالأدوية والعقاقير الطبية لمعالجة أعراض (تبدو حقيقية تماماً) عميقة الجذور في حياة عاطفية معقدة.

تدل هذه القصة المأخوذة من سجلات طبيب نفسي دلالة أكيدة على أنه حتى مع احتمال وجود أسباب عضوية لفقدان الشهية، والأرق، والقلق، فإن من الجائز تماماً أن يخلق الذهن المضطرب جميع أنواع الاضطرابات الجسدية الحقيقية، إذا كان اضطرابه عظيماً بما فيه الكفاية. ويظن المريض عادة أنه يعاني مشكلة طبية تتطلب المعالجة الطبية أو الجراحية. غير أن المرض الأساسي في حالات كهذه ناشئ عن التفاعل بين المريض وشريك حياته وهذا التفاعل هو الزواج.

إن مثل هذا التفاعل قد يكون ناشئاً عن متاعب في الشخصية لدى المريض أو شريك حياته. وقد تكون المتاعب نفسية، أو عصبية، أو شخصية، بل وربما كانت مرضاً عضوياً حقيقياً ينتج اضطراباً في الشخصية، ولا سبيل إلى إدراك العلة الحقيقية إلا عن طريق خبير. وقد يكون الاضطراب ناشئاً عن شريك الحياة لا عن المريض نفسه. وربما كانت هنالك شخصيتان عاديتان تنفعلان ببعضهما انفعالاً عصبياً، أونفسياً في ظل مجموعة من الظروف، وقد تؤدي إلى حدوث سلوك غير طبيعي. ومهما تكن الظواهر، فالحقيقة هي أنه عندما تكون الأعراض عميقة الجذور في التفاعل الزواجي، فإن حسن الملاحظة هو السلاح العادي الذي يجب أن يلجأ إليه الطبيب، وفي مثل هذه الحالة تكون الفحوص الشعاعية، وتخطيط القلب، والفحوص المخبرية والسريرية، كلها عقيمة لا جدوى منها.

إن الطبيب العاقل المدرك للأمور يحيل المريض إلى عقلاء الأسرة، أو إلى الطبيب النفسي إن وجد. غير أن المريض الأريب قد يجد في نفسه الشجاعة الكافية للنظر إلى دخيلة نفسه (أو نفسها)، ومعرفة أن الحبوب والأدوية لا تنفع في معالجته.

يقول استاذ في الطب الوقائي والسلاليات، إن أسباب الصحة القصوى يجب أن تشمل التكيف الكافي للفرد بحياة الأسرة.

ويضيف قائلاً: إن الزواج مؤسسة عظيمة يجب أن لا تخلو منها أية أسرة، وأن يكون سلاحاً ذا حدين، فالزواج من جهة يمكن أن يكون مصدراً لأعمق سعادة شخصية، وإلهام في عالم مجنون يندر فيه إيجاد موازين للقيم القادرة على الصمود. ومن جهة ثانية فإن الزواج الفاشل يمكن أن يؤدي إلى قيام سلسلة طويلة معقدة من التفاعلات والانفعالات ذات تأثير واسع، اجتماعي ونفسي ومرضي على الزوجين، وعلى أطفالهما، وعلى أشخاص أبرياء، ذنبهم أنهم يعيشون في فلك حياة الزوجين، أو على هامش هذه الحياة.

زوجان شابان ينويان الذهاب إلى مكان ما في إجازة قصيرة تاركين وراءهما الأطفال. ورغم أنهما لم يصرحا بما في نفس كل منهما، فإن كليهما يأمل في دخيلته أن يتغلب، خلال هذه الفترة التي سيخلو فيها إلى صاحبه، على الخيبات التي صادفاها في حياتهما الزوجية. فالزوجة نادراً ما كانت تحس النشوة، أما الزوج فقد أقلقه تضاؤل الحافز الجنسي لديه.

وتحقق الإجازة لسرورهما البالغ نجاحاً تاماً. وتتوارى مشاكلهما، ويجد كلاهما أنه يتجاوب مع الآخر بحرارة كان يعتقد أنها خمدت إلى الأبد. وعندما يتحدثان عن قدرتهما المستعادة على ممارسة الجنس، فإنهما يتفقان على أن التفسير واضح. فابتعادهما عن الأطفال والعمل والمهام المنزلية قد وفر لهما الوقت والطاقة اللازمين للمتعة الجسدية.

بيد أن التفسير ليس بهذا الوضوح، ولا بهذه البساطة. وقد ارتكب هذان الزوجان خطأين شائعين. الخطأ الأول أنهما يفكران بالجنس تفكيراً جسدياً بالدرجة الأولى، وهما يعتقدان أن إضافة الوقت الكافي إلى الطاقة الكافية تعني المتعة الجنسية. وهذه معادلة تتجاهل عنصراً حاسماً، هو الرغبة الجنسية. والرغبة لا يمكن استثارتها بفعل إرادي، سواء كان المرء في إجازة أو لم يكن. فهي إما أن تجيء بصورة تلقائية، أو لا تجيء على الإطلاق.

أما الخطأ الثاني الذي وقع فيه الزوجان، فهو عجزهما عن أن يدركا أن من العناصر الأساسية في تعاستهما المنزلية تسليمهما بالمبدأ القائل بأن الإنتاج أهم دوماً من المتعة. وهذا الاعتقاد هو انعكاس لتلك الفلسفة الصارمة التي تقول بأن خلاص الإنسان في عمله، وأن اللذات ـ ولا سيما الجسدية منها ـ تعني اللعنة الأبدية.

ورغم التقدم الثقافي والعلمي فإن معظم الناس لم يغيروا موقفهم هذا من العمل والجنس، أو أنهم غيروه بصورة سطحية. وفي الحالة الأولى يرفع الإنسان العمل إلى أعلى المراتب، ويضع الجنس في أدناها. أما في الحالة الثانية، وهي أشد تعقيداً، فقد يسلم المرء بأهمية الجنس، ويوافق على أن المتعة الجنسية هي جزء من حقوق الإنسان، ولكنه يمارس العلاقة الجنسية كما لو كانت وظيفة يمكنه إتقانها وأداؤها وفق مقاييس معينة. وفي

كلتا الحالتين يصعب أن تزدهر العلاقة الجنسية. لأن علاقة ما ليست أمراً مفرداً منعزلاً، بل هي تشابك الوشائج العاطفية الذي لا يمكن أن يتم إلا خلال فترة من الزمن، وفي جو من الثقة المتبادلة والأناة.

ومن المؤكد أن علاقة كهذه لا يمكن أن تتحقق مع زوجة تعتبر تلميع البلاط أهم من الجلوس في حجرة وتبادل الحديث، أو مع زوج يشغل نفسه بصقل سيارته عوضاً عن الخروج مع زوجته في نزهة قصيرة. فمثل هؤلاء الأفراد يصرون على أن الجنس يجب أن ينتظر دوره ريثما يفرغون من أداء ما هو أهم. وإذا ما تعذر الاتصال الجنسي لأن الوقت تأخر، أو لأن أحد الطرفين كان متعباً، فقد لا يجدون في الأمر خسارة كبيرة. أما إذا اضمحل الحافز الجنسي ومات بسبب حرمانه من السند العاطفي، فربما احسوا في دخيلتهم بشيء من الارتياح.

وعند بعض الأزواج ينشأ الحرمان الجنسي عن فرض السيطرة الصارمة على النفس، فالرجل الذي يكبح عواطفه في المكتب بقوة ثماني ساعات في اليوم مركزاً اهتمامه على انجاز عمله، والمرأة التي تفعل الشيء نفسه في المنزل، يغدو من العسير عليهما بعد ذلك أن يتصرفا بمشاعر عفوية صادقة. بل إن الأمر ليغدو مستحيلاً بالنسبة لبعض الأشخاص.

وإذا لم توجد مشكلة أخرى، فإن ضبط النفس على هذه الصورة قوة يتوجب على الرجل أو المرأة قهرها إذا أرادا أن يستردا حرية التعبير الجنسي. إن الزوج مثلاً قد يحوم في المطبخ مدفوعاً برغبة مباغتة في لمس زوجته. وقد يحتضنها من الخلف وهي واقفة أمام المغسلة، فتبتسم دون مبالاة، وتخبره بأن العشاء سيكون جاهزاً بعد عشرين دقيقة. ويومئ الزوج برأسه ويعود إلى جهاز التلفزيون. ومثل هذين الزوجين لا يمكن أن يتصرفا على نحو آخر، وأن يجنيا المتعة في لحظتها ولو تعارضت مع المهمة الماثلة أمامهما، إلا إذا بذلا مجهوداً واعياً لتغيير ما درجا عليه طوال العمر.

وحتى أولئك الأزواج الذين يتقبلون حوافزهم الجنسية، يجدون عسراً في إدراك أن الجزء الذي يتوجب عليهم التحكم فيه أثناء العمل ـ أي عواطفهم الحقيقية في أية لحظة من اللحظات ـ هو بالذات ما ينبغي أن يحرروه من كل قيد إذا أرادوا لعلاقتهم الجنسية أن تزدهر. ومن الجدير بالملاحظة أثناء العطل ـ وهي الأوقات التي جرى العرف بأن من حق الإنسان أن يفعل فيها ما يشاء، وفي اللحظة التي يريد ـ أن النساء اللائي لا يعرفن رعشة اللذة يتحولن غالباً إلى النقيض. وأن الرجال الضعفاء جنسياً يستردون في الغالب حيويتهم.

وهذا ما حدث للزوجين أثناء الإجازة التي تحدثنا عنها آنفاً. ولا ريب أن غياب المتاعب والمزعجات اليومية سيساعد على انبعاث النشاط الجنسي، ولكن ما هو أهم من

ذلك أن الزوج والزوجة يشعران أثناء قضاء العطلة أنهما تحررا من ذلك المطلب الحضاري الذي يدعوهما إلى التحكم في مشاعرهما. فحافز اللمس، مثلاً، يمكن أن يترجم فوراً إلى لمس فعلي، والرغبة في الكلام تصبح حديثاً يمكنه أن يشرق ويغرب كما يشاء، أما الصمت والرقود جنباً إلى جنب فمعناه الاتحاد. وهذا كله يمكن أن يتسم بطابع جنسي عميق.

إن الأزواج والزوجات الذين يعجزون عن إدراك ذلك، ويصرون على الاعتقاد بأن الجنس يجب تحديده بزمان ومكان معينين، وأن الرغبة الجسدية تخضع للإرادة شأنها شأن القدرة على العمل، إنما يواجهون مخاطرة فعلية، وهي أن يعودوا إلى المنزل بعد قضاء العطلة ليجدوا أنفسهم من جديد غير قادرين على التجاوب الجنسي.

فالجنس يمكن أن يصبح كالعمل مسألة تنفيذ، حتى بالنسبة لأولئك الذين يعلون من قيمته. ومثل هؤلاء الأزواج يبدون على الدوام واضعين نصب أعينهم هدفاً معيناً: القذف بالنسبة للرجل، وهزة الجماع بالنسبة للمرأة. فالجنس في نظرهم فاعلية هادفة، غايتها الاتصال الجنسي... وإذا تم بلوغ هذه الغاية فالعمل قد أنجز على ما يرام.

ولكن الجنس الذي يتوخى غاية معينة يلحق الهزيمة بصاحبه عادة. فقد تتهيج الحواس تهيجاً شديداً بادئ الأمر، ولكن التضاؤل المستمر لاستجابة الحواس أمر لا مناص منه، لأن القدرة على الإثارة عن طريق جسدي محض، تخضع لقانون المردود المتناقص.

وهذا من الأسباب التي تجعل الكثير من الأزواج يشكون الملل الجنسي. فهم أشبه بالعمال أمام نظام التجميع، يقومون بحركات روتينية، ويحصلون على نتائج يمكن التنبوء بها. وهم لا يعبرون عن أحاسيس، بل يتبعون توجيهات. إنهم يريدون، مثلاً، أن يعرفوا كم مرة في الأسبوع يجب أن يمارسوا الجنس.

وإذا كان الكل يمارسونه ثلاث مرات أسبوعياً، فمعنى ذلك أن عليهم أن يمارسوه ثلاث مرات، وهم يعتقدون أن انخفاض هذا العدد معناه أنهم ليسوا على ما يرام، وأن ازدياده يعني أن فيهم علة، ولكن من نوع مختلف تماماً.

وينشأ الملل كذلك عن الأدوار الجنسية المتكررة التي يؤدي فيها كل طرف مسؤوليته المعينة... فالزوج، مثلاً، يجب أن يكون صاحب المبادرة في الجنس، لأن كلا من الزوج والزوجة يعتقد أن هذه «شغلة» الرجل. وهكذا يصبح تسلسل الأحداث روتينياً تماماً، وتفقد العلاقة الجنسية حرارتها عاجلاً أو آجلاً.

وقد يبدو لبعض الناس أن السبيل إلى تحاشي مثل هذا التدهور واضح، معلوم.

فالجنس، في اعتقادهم، كالعمل يمكن تحسينه باستخدام تقنية أفضل. وإذ يتلقون توجيهاً أحسن، ويتمرنون باستمرار، فإن الأمور ستتحسن في نهاية المطاف.

وهذا ببساطة غير صحيح. فليس في الإمكان تقديم جواب جاهز، بل يجب أن يشعر كل طرف بأنه حر في اكتشاف طريقته الفريدة في التعبير عن رغباته، وشهواته، وحاجاته، كما يحس بها، بصورة عفوية وطبيعية، لا انطلاقاً من الدور المقرر للرجل أو المرأة. ولا على أساس الأرقام المدونة في كتاب.

غالباً ما يقال بأن على الزوجين أن يعملا على إنجاح الزواج. ولكن هذا لا يصدق على العلاقة الجنسية. وإذا كان ثمة شيء لا ينبغي للزوجين أن يفعلاه، فهو معالجة العلاقة الجنسية كما لو كانت مهمة من المهمات. ومع ذلك فهذه هي الرسالة التي يؤديها عدد كبير من الكتب التي تتناول هذا الموضوع.

وكثيراً ما تلحق أمثال هذه الكتب الضرر بالأزواج القلقين. فهم في سعيهم إلى مزيد من السعادة الجنسية يحتاجون إلى الإقلال، لا الإكثار، من التوجيه المقصود لفاعلياتهم. وإذا كان لديهم ما يكتشفونه في هذا الصدد، فهو يتعلق بذواتهم كأفراد متميزين عن سواهم، كما يتعلق بامتيازات علاقتهم ومسؤولياتها. إن عليهم أن يتعلموا الثقة الكاملة ببعضهم، والاستجابة لبعضهم، وترك مشاعرهم تفصح عن نفسها بطريقتها الخاصة وفي وقتها. وعليهم أن يتعلموا التخاطب لا بالكلمات وحدها، وإنما باللمسة والنظرة التي لا تحتاج إلى إيضاح.

ويجب على الرجل والمرأة، فوق كل شيء، أن يتعلما الانتباه أحدهما إلى الآخر، لا بمجرد النظر، وإنما بالرؤية، ولا بمجرد السمع، وإنما بالإصغاء، ولا بمجرد الكلام وإنما بالإيصال.

طوال قرون كثيرة ظل علماء الأخلاق، والاجتماع، والفلاسفة، واللاهوتيون يحيطون العلاقات الجنسية بالشكوك والاتهامات. حتى الأطباء أنفسهم وقعوا تحت تأثير هذه النظريات، إلا أن العلم الحديث الذي تولى تحطيم الأوهام وتبديد الخرافات، أصبح قادراً على إعطاء الجواب القاطع عن السؤال الخالد: هل ممارسة الحب مضرة بالصحة؟ ونظراً لأهمية هذا وخطورته فإننا سنتناول، مختلف النظريات العلمية والآراء الطبية المتعلقة به، لنخلص أخيراً إلى النتيجة التي يكون فيها القول الفصل.

كان الروائي الفرنسي الكبير بلزاك يخشى أن يؤثر نشاطه الجنسي في صفاء ذهنه، فينعكس هذا التأثير على نتاجه الأدبي. وقبله كان سقراط فيلسوف اليونان العظيم يخاف من تشويش تأملاته الفلسفية عندما تتحرك غرائزه الطبيعية.

والواقع أن كل فرد منا يتصرف، حيال مسألة الجنس، تصرفاً شخصياً خاصاً به، على أساس مفهوم قديم يقول إن العمل الجنسي، في حد ذاته، عمل سيء وضار.

ومرد هذا المفهوم إلى الاعتقاد القائل بأن كل نشاط جنسي، كائناً ما يكون، يعّرض للخطر صحة الرجل والمرأة على حد سواء.

فما هي حقيقة الأمر على وجه الدقة؟

لا بد، قبل إعطاء الجواب الشافي عن هذا السؤال، من تحليل للحب الجسدي على ضوء آخر معطيات واكتشافات الطب وعلم النفس.

حتى ظهور التحليل النفسي الذي أعطى، مع فرويد، للجنس كل أهميته، وحدد الدور الكبير الذي يلعبه في حياة كل منا، كان الطب خاضعاً لمؤثرات تقليدية متوارثة. فالجنس، في نظره ـ أي الطب ـ تعبير عن الشر، حتى عندما يكون تجسيداً للطاقة الحيوية الكامنة في أعماق الإنسان. والتفسير الطبي القديم لهذه النظرية هو أن الإنسان، كلما بدد جزءاً من هذه الطاقة، أضعف كيانه إضعافاً خطراً. وهذه النظرة لم تعف حتى عن ممارسة العملية الجنسية في إطار الزوجية ممارسة فيها بعض الإفراط.

فقد كتب طبيب إنكليزي عام (١٨٥٧) يقول:

الإفراط هو الذي يهدم الصحة. وتسمح لي تجربتي بالقول إن القليل من رجال الفكر

المتزوجين الذي يعملون بدأب، يستطيعون أن يمارسوا الجنس أكثر من مرة واحدة كل سبعة أيام وربما عشرة. وهذا لا يصدق، بصورة عامة، إلا على من كان متمتعاً ببنيان قوي وصحة ممتازة. وأستطيع أن أؤكد أن الإبقاء على النشاط الجسدي والفكري لا يكون إلا باعتدال كبير في ممارسة الجنس.

والملاحظ أن الطب، في القرن الماضي، قد ركز اهتمامه الأعظم، في نطاق الجنس، على الرجل، لأن الوظيفة الجنسية تتميز بظاهرة تتعلق به وحده، ألا وهي أفراغ السائل المنوي، فضلاً عن أن الرجل، في أثناء الممارسة، يكون فاعلاً لا منفعلاً، فهو الذي يبذل الجهد، وهو الذي «يقود المعركة»، وهو ـ بالتالي ـ الذي يجني المقدار الأكبر من التعب والإرهاق.

ومع ذلك فأطباء القرن الغابر لم يهملوا وضع المرأة إهمالاً كاملاً. فقد كتب الطبيب الإنكليزي: «إن المرأة المتزنة، بوجه عام، هي التي قلما تطلب المتعة الجنسية لنفسها. إنها تخضع لرغائب زوجها ومن أجل توفير ملاذ الجسد له. ومنهن من تقتصر رغبتها على أن تصبح أماً».

ومجتمع القرن التاسع عشر والنصف الأول من القرن العشرين، ولا سيما في بعض البلدان المتمسكة بالتقاليد المتوارثة، ينظر دائماً إلى المرأة ذات الميول الجنسية القوية نظرته إلى بغي.

وأدهى من ذلك ما شاع من أوهام بلغت حد القول إن الإفراط في ممارسة الجنس يؤدي إلى تدهور الأعصاب، وربما إلى الجنون في بعض الحالات، كما أن الرجال ذوي القلوب الضعيفة، يكونون معرضين للموت الفجائي أثناء الممارسة إن هم بالغوا في الاندفاع والحماسة.

إلا أن هذه النظريات جميعاً لم تستطع الصمود أمام التحليل العلمي الموضوعي فأخذت تتهاوى الواحدة تلو الأخرى خلال السنوات الماضية، ليسفر الأمر عن انقلاب جذري في المفهوم الطبي والبسيكولوجي على هذا الصعيد.

وقد استطاع أحد تلامذة فرويد إعطاء الدليل على أن بلوغ ذروة النشوة الجنسية ظاهرة ضرورية لاستمرار الاتزان الجسدي والنفسي عند الإنسان. وفي رأيه أن جميع الاضطرابات النفسية والجسدية تنجم عن كبت الطاقة البيولوجية (الحيوية)، وعن احتباس الطاقة الجنسية في الجسد. أما العجز عن بلوغ النشوة فهو السبب الأول لما يعتري صاحبه من اضطرابات مختلفة، واختلال في تصرفات كل مخلوق بشري. وأما الدكتور «فإن دي فيلد» فيتحدث في كتابه «الزواج الكامل» عن «التأثيرات الضارة التي يتركها في جسد المرأة ونفسها عدم تمكنها من إشباع رغائبها الجنسية».

إذن نحن حيال نظرتين متناقضتين: قديمة تقليدية تقول إن ممارسة الجنس ـ إلا بالكثير من الاعتدال ـ إيذاء جسيم للصحة الجسدية. والنفسية والعقلية للرجل بالدرجة الأولى، وللمرأة بالدرجة الثانية. وإن الامتناع أفضل وأنفع، وبخاصة بعد أن يكون الزواج قد حقق غايته الأولى ألا وهي إنجاب الذرية.

ونظرية جديدة تنسف هذا المفهوم جملة وتفصيلاً، موكدة أن العكس هو الصحيح، وأن لا إتزان في الوظائف الجسدية والنفسية والعقلية مع كبت الغرائز الجنسية، وحبس الميول التي تدفع بالذكر إلى الأنثى. والجديد في هذه النظرية أنها تصر على ضرورة بلوغ الشريكين ـ ولا سيما المرأة ـ ذروة النشوة، لئلا تظل غريزتها عطشى، وأعصابها مرهفة متوترة.

والنظرية الجديدة تعتمد العلم والتجربة والاختبار، بينما تتشبث النظرية القديمة بالتقاليد الأخلاقية، والأعراف الاجتماعية المتوارثة، التي تمت إلى القبلية والعشائرية ـ أي إلى ما يسمى «المجتمعات المغلقة» ـ بصلة قوية.

إن هذا الانقلاب الجذري في الموقف التقليدي قد تجاوز الحدود المعقولة دون شك، شأنه في ذلك شأن كل عمل انفعالي عنيف، يستهدف تدمير المصطلحات القائمة، ليبني على أنقاضها مفاهيمه الجديدة.

وهذه الظاهرة هي التي حدت بالدكتور «فان دي فيلد» إلى الاستطراد: «إنه لمن المستحيل، حالياً، تقدير مدى الاختلال النفسي والعصبي، ومقدار البؤس الذي تتعرض له زيجات لا حصر لها، كنتيجة للفشل وللحرمان الكامل من الاستمتاع بالوصال استمتاعاً مربحاً. وإني لمقتنع بعمق أن توالي هذه العوامل وأهميتها لا تلاقي لدى الأطباء الاهتمام الذي تستحق، وربما كان مصيرها الإهمال الكامل».

والواقع أن الأطباء وعلماء النفس قد أثبتوا بدراسات وأبحاث وتقارير لا حصر لها ولا عد، أن النشاط الجنسي عنصر حاسم في حياة المرأة، كما هو في حياة الرجل. وأن الكثير الكثير من مظاهر السلوك الفردي والاجتماعي والأخلاقي يمكن أن تجد تفسيرها العلمي المقنع من خلال الحالة الجنسية السائدة بين الزوجين، من حيث السلبية أو الإيجابية على حد سواء.

ومع ذلك فمسألة العلاقة بين الحب الجسدي (الوصال) والصحة تتناول مشكلات عدة.

إن العفة أو الاعتدال اللذين كان علماء القرن الماضي يعتبرونهما شرطاً أساسياً من شروط المحافظة على الصحة، قد تبدلت النظرة إليهما كلياً في عصرنا الحاضر، إذ يجزم

العلماء المعاصرون أن الامتناع عن إشباع الغرائز الجنسية، ليس بالأمر المرغوب فيه، وبخاصة لدى الشبان والشابات.

غير أن المؤلفين المحدثين لا ينكرون وجود حالات استثنائية، تتحول فيها الطاقة الجنسية الحبيس إلى قوة فاعلة في مجالات إبداعية أخرى، وذلك ما لا يتم إلا لأفراد غير عاديين، وهبوا شخصية قوية جداً، وحملوا مُثلاً عليا سامية حقاً، ذلك أن العمل المتفاني في سبيل قضية ما، أو الانصراف إلى البحث العلمي، أو التأليف الأدبي، تساعد أصحابها على كبح جماح الرغائب الجنسية الكامنة في أعماق حواسهم دون جهد ودون إرهاق.

يروي غاندي في قصة حياته كيف أن لقاء عقيماً تم بينه وبين عاهرة، خلق في أعماقه نفوراً هائلاً من «تجارة الجسد» لازمه طوال حياته حتى بعد أن تزوج. ومع ذلك فليس من يستطيع الزعم أن غاندي كان شخصاً مختل التوازن، أو عصبي المزاج، من جراء كبح غرائزه الجنسية.

أما الأب دي شاردان فقد عاش حياة عفة مطلقة، تمتع خلالها بصحة جسدية ممتازة، وحب للحياة طافح، مما يناقض نظريات علماء الجنس والتحليل النفسي، للنظرة الأولى، ولكننا نجد تفسيره في كون دي شاردان وغاندي وأمثالهما أفراداً غير عاديين، أوتوا من قوة الإرادة والإشراق الروحي والتفاني في خدمة قضايا إنسانية أسمى، ما جعلهم يرتفعون فعلاً عن مستوى المخلوقات البشرية الأخرى.

وتشير الدراسات الحديثة إلى أنه يوجد، بين الناس العاديين، أفراد ضعف عندهم الميل الجنسي لدرجة يستطيعون معها الانصراف عن ممارسة الوصال فترات طويلة دون أن تتأثر صحتهم بذلك أبداً.

أما إذا كان الامتناع متعمداً، أو ناتجاً عن اضطرابات موهومة في الفحولة، وبخاصة لدى الشبان، فقد يسفر، في خاتمة المطاف، عن اضطرابات حقيقية ذات طابع نفسي - جسدي (بسيكوزوماتيك).

العفة والصحة

وهنا يلح سؤال: هل يمكن للمرء أن يحافظ على عفته ويبقى على صحته؟.

الجواب نجده في كلام طبيب يبلغ الآن الخامسة والخمسين من عمره يحدثنا فيه عن تجربته الشخصية على هذا الصعيد.

يقول:

في العشرين من عمري اجتزت أزمة نفسية حادة، أزمة «تصعيد ذاتي» - إذا صح

التعبير، كنا في زمن الحرب، وكان الكثير من رفقائي قد قتلوا أو وقعوا في أسر العدو. وكنت كيفما تلفت رأيت بؤساً، وحرماناً، ومصائب لا حصر لها ولا عد. واختمرت في ذهني فكرة غريبة: أن الوسيلة الوحيدة لمقاسمة الآخرين آلامهم هي في حرمان نفسي من كل نشاط جنسي. وقد تمكنت من الصمود سنة كاملة لم أتصل خلالها بأي امرأة، ولم ألجأ أبداً إلى الاستمناء. أما النتائج فلم تكن مشجعة جداً، فقد لحقت بي اضطرابات هضمية، وساء مزاجي، حتى غدوت غير محتمل في محيطي، فراح زملائي يتهمونني بالغرور والعصبية وسرعة الغضب. أما على المدى البعيد فقد ظللت سنوات عدة وأنا أشكو من سرعة القذف أثناء الممارسة الجنسية العادية.

إن تجربة هذا الطبيب يمكن أن تصنف أيضاً في عداد التجارب الفردية، الرامية إلى تحويل الطاقة الجنسية إلى طاقة روحية. وهي تجربة لا ينجح فيها كل الرجال بالطبع.

ويحسن بنا، لإبراز تأثير الحرمان الجنسي على التوازن الصحي، أن نشير إلى ما رواه أحد الأطباء عن فتاة في سن المراهقة قال: «كانت الفتاة تحس بالحاجة الجنسية في أعماقها، ولكنها لا تفعل شيئاً من أجل إطفاء هذا اللهيب المستعر، الأمر الذي أحدث علاقة سيئة بينها وبين نفسها. فقد تراكمت في صدرها عوامل الروح العدوانية ضد الآخرين، حتى غدت شخصاً لا يطاق ولا يحتمل. وتلك حالة كان أطباء القرن الماضي يسمونها «العنوسة» أيام كانت الممارسة الجنسية، على مختلف أشكالها، لا يمكن أن تتم إلا في إطار الزواج. فإذا فات القطار الفتاة حكم عليها بمعاناة الكبت والحرمان طوال حياتها، فلا تلبث أن تصاب باختلال خطير في شخصيتها، فتغلب عليها السوداوية، أو الانطوائية، أو العدوانية.

هذا بالنسبة للجانب النفسي من المسألة، أما على صعيد الصحة الجسدية، فالحرمان الجنسي يورث أفات كثيرة العدد كالتوتر العضلي، والروماتزم، والاضطرابات الهضمية المختلفة وغيرها...

وتسمح التقنية الطبية الحديثة اليوم بتحليل هذه الظواهر تحليلاً أوفى. ويجمل بنا الرجوع، هنا، إلى الأبحاث التي قام بها أحد الأطباء عام ١٩٤٩، والتي بناها على تجارب واختبارات أجراها على عدد كبير من النساء المتزوجات، اللواتي جئنه شاكيات من احتقان (Congestion Pelvienne) أي تضيق مزمن في الأوعية الدموية في هذه الناحية. وكان هذا الطبيب أول من كشف أن مسبب هذه العلة «تهيج جنسي لا يتلوه بلوغ ذروة النشوة أثناء الوصال». كما تبين له أيضاً أن الآفات النفسية ـ الجسدية الناجمة عن هذه الحالة، لا تلبث أن تتحول إلى برود جنسي يلازم المرأة طوال حياتها.

لقد قام الطبيبان الشهيران ماسترز وجونسون مؤخراً بدراسات متعمقة في تحليل كل ما يتعلق، من قريب أو بعيد، بممارسة الجنس والصحة العامة للإنسان. وقد أجرى الاختصاصيان الكبيران تجارب لا حصر لها على عدد من البغايا. وغني عن البيان مدى الجدية والصرامة الذي اتسمت به أبحاثها.

وقد وافقت إحدى هاته البغايا على الخضوع لفحص مهبلي بعد يوم مارست خلاله العملية الجنسية ٢٧ مرة مع عدد مماثل من الرجال، دون أن تصل إلى ذروة النشوة في أي من هذه العمليات.

وفي أثناء الفحص تبين أن جلدر المهبل قد تقرحت، وأن الشفرين الكبيرين والشفرين الصغيرين (في مهبل البغي) قد تورمت جميعاً. وطوال ساعات الفحص الست، كانت المرأة تشكو من آلام لا تنقص في منطقة الكليتين، كما بدت متوفزة الأعصاب، بالغة الحساسية، عاجزة عن النوم.

وما أن انتهت عملية الفحص حتى طلب إليها أن تستمني، ففعلت، ولم تلبث أن أدركت ذروة النشوة وسرعان ما أحست براحة شاملة، كما أن الآلام التي كانت تشكو منها تبددت في الحال. أما التورم المهبلي فقد زال بمعدل ٥٠ بالمئة خلال خمس دقائق، وبعد عشر دقائق اختفى تماماً.

وكرر الباحثان التجربة نفسها مع حوالى خمسين متطوعة من غير البغايا، فأسفرت عن نتائج مماثلة، مما أكد لهما أن كل تهيج جنسي لا يليه بلوغ النشوة، يسبب اختناقاً شريانياً في الناحية المهبلية، ويمكن له أن يؤدي، مع الوقت، إلى تورم مزمن.

وهذا ما يفسر الأعراض التي تظهر على نساء متزوجات يمارسن العملية الجنسية بانتظام دون بلوغ النشوة، مما يتسبب لهن بالتورم المهبلي، بغض النظر عن العوامل التي تحول بينهن وبين بلوغ النشوة.

التأثيرات النفسية

والجدير بالذكر هو التأثير النفسي الذي تخلفه هذه الظاهرة (عدم الوصول إلى النشوة) في التوازن النفسي للإنسان.

فمن المعروف أنه ليس حتماً على المرء ممارسة الوصال لكي يعرف الإثارة الجنسية. فأسباب هذه الإثارة كثيرة جداً. منها ما هو ميكانيكي أي أنه يتأتى عن طريق الاحتكاك. وجميع الصبيان قد عرفوا مثل هذه الإثارة خلال ركوبهم الدراجة أو تسلقهم الحبال. ومنها ما هو نفسي كمطالعة رواية مثيرة، أو مشاهدة فيلم جنسي، أو مجرد تخيل مشهد من هذه المشاهد.

فإذا لم يتنفس هذا التهيج بالطريق الطبيعي ـ أي بالاستمناء ـ فقد تنجم عنه مثل هذه الاضطرابات. وإذا كان علماء الجنس والأطباء المعاصرون قد خرجوا على النظريات التي كانت سائدة في القرن التاسع عشر على صعيد الجنس، فالأمر مختلف بالنسبة لما يتعلق بالتقاليد المغرقة في القدم، المترسبة في أعماق الشعوب ذات الحضارات المختلفة، والتي تريد للممارسة الجنسية أن تكون مفيدة في كل حين. فمنذ أقدم العصور ينظر إلى هذه الممارسة على أنها الوظيفة الأساسية في الحياة. فهي لا تخلق الحياة وحسب، بل تجددها عند الذين يمارسونها.

وفي تقاليد الحضارات ما قبل الهيلينية (الإغريقية) ربط واضح بين الممارسة الجنسية والظواهر الكونية، فهي ذات علاقة بالأبراج والنجوم وتقلبات الفصول، وهي، بالتالي، تستمد قوتها من قوة الكون التي لا تقهر!.

وقد استمرت هذه التقاليد عبر العصور حتى القرون الوسطى ـ مع تطورات مختلفة طبعاً ـ. وفي هذه الفترة من تاريخ البشرية، ظهر تقليد يقضي «بوضع نساء شابات في أسرة الكهول والشيوخ من الرجال» اعتقاداً بأن ممارسة الرجل المتقدم في السن للجنس مع امرأة شابة خليق بأن يجدد له شبابه.

والطريف أن تلك التقاليد النابعة من أعماق الغريزة الشعبية، قد وجدت في العلوم الحديثة والأبحاث الطبية الجدية ما يثبتها ويؤكد صحتها. ففي كتاب صدر مؤخراً في فرنسا، يقول مؤلفه: منذ ظهور أبحاث ماسترز وجونسون صرنا نعرف المنافع العديدة التي تنجم عن بلوغ النشوة لدى المخلوق البشري، وعما يكسبه ذلك من نشاط وانفتاح. وقد استطاع الفيزيولوجيون، المختصون بدراسة الدماغ البشري مؤخراً، إماطة اللثام عن وجود «مناطق لذة» في الدماغ البدائي، الذي يشاركنا الحيوان فيه، والذي يعتبر مركز حياتنا الغريزية. وقد عين أولئك المختصون ثلاث مناطق دماغية تسيطر على الاسترخاء والتهيج والنشوة. وهذه المناطق تظل على اتصال دائم ومباشر مع الأعضاء الحسية، وبخاصة مع أعضاء الشم.. والعملية الجنسية في طليعة الوظائف الجسدية ذات العلاقة الوثقى بجهازنا العصبي كله. فإذا ما حدثت لذة عضوية على مستوى هذه المناطق، انطلقت شحنة يعقبها استرخاء ممتع يشمل الجسد كله.

وليس فينا من لم يلاحظ الشعور المريح الذي يعقب المتعة الجنسية مع شخص محبوب. ويكون هذا الشعور أعمق وأشمل كلما كان أقرب، في المخ، من مراكز الألم والعدوانية. وبتعبير أوضح: إن جميع ما يكون قد تراكم في هذه المراكز لدى الإنسان المعاصر خلال يومه من متاعب وشعور بالعدوانية، يمكن له أن يتبدد بمجرد إفراغ الشحنة الجنسية في نهاية الوصال.

هكذا نلاحظ أن التجارب العلمية الحديثة تلتقي، في نهاية المطاف، مع نظريات علماء النفس. وكان هؤلاء العلماء قد سبق لهم وأشاروا إلى أن الوصال، وبخاصة في جو من الحب والحنان، يؤدي إلى تناغم في وظائفنا الحياتية، كما ينجم عنه توازن نفسي وجسدي، يجعل أذهاننا أشد صفاء، وأجسامنا أكثر نشاطاً، وصدورنا أعظم انشراحاً.

ولقد عمد كثير من الأطباء إلى الاستفسار من مريضاتهم عما إذا كانت ممارستهن الجنسية مع بلوغ النشوة مرات محدودة لا تؤذي صحتهن. ويروي أحد أولئك الأطباء أن إحدى مريضاته اعترفت له أنها كانت تصاب بالدوار، عندما كان زوجها يصر على مواصلتها أربع أو خمس مرات أسبوعياً، كما كان لا يتركها إلا بعد أن يصل بها إلى ذروة النشوة.

إذن، لا إفراط ولا تفريط. فلا الحرمان المطلق، أو التقنين الصارم، مفيد للصحة ولا إكثار الشبق نافع لها.

وهنا نعود إلى القاعدة الذهبية التي قام بها معظم الباحثين منذ أقدم العصور: إن ممارسة الجنس كالرغبة في الطعام والشراب، فالأكل والشرب المعتدل مفيد، والإفراط مضر.

الواقع أنه عندما يكون الإنسان متمتعاً بصحة جيدة، وإذا كان يشعر حيال شريكه بحد أدنى من الاستلطاف، فالإفراط في الوصال لا يكون مشكلتهما الكبرى، إذ إن المبادلة العاطفية تسد فراغاً كبيراً على صعيد الحاجة الجنسية.

ومع ذلك فقد أثبتت التجارب والأبحاث الحديثة، أن الممارسة الجنسية التي يعقبها بلوغ النشوة، لا تسبب للرجل وللمرأة تعباً يفوق ما يسببه مشي قصير على القدمين، وهي تقريباً، الجهد الوحيد الذي لا يلحق بالذكر، على الأقل، عناء شديداً. والواقع أن لحظة القذف لدى الرجل الذي تجاوز العشرين من عمره، تتبعها فترة، تطول أو تقصر، حيث يستحيل عليه انتصاب جديد، وهذا ما يؤدي لإعادة التوازن إلى جهازه التناسلي، لأنه يكون بمثابة فترة استراحة واسترخاء.

أما بالنسبة للنساء فقد كشفت أبحاث ماسترز وجونسون عن أن للمرأة طاقة مدهشة من حيث بلوغ أوج المتعة دون أن يلحق بها ذلك أي عناء ملحوظ.

ومع ذلك فالفكرة القائلة بأن المرء يمكن له أن يموت من الحب، أي من ممارسة الجنس، تظل ماثلة في أذهان الناس، حية في آداب الشعوب.

يروي لنا لويس بوفيل في كتابه «الاعتراف الذي لا يغتفر» قصة رجل لم يجد ما يرضيه في وصال زوجته الشابة التي لمس فيها بروداً جنسياً، فما كان منه إلا أن ذهب بها إلى بيت مشبوه حيث أجبرها على مضاجعة حوالى عشرين رجلاً.

ويضيف المؤلف أن الزوجة الشابة عرفت درجة من اللذة، أدت بها إلى توقف قلبها فماتت (. . .) وهي التي كان زوجها قد زعم أنها باردة جنسياً.

فالواقع أن ثمة ممارسة جنسية تورث تعباً، وهناك جهد يبذل في السرير فيرهق الجسم ويشل قواه، فكيف عندما لا تكون الممارسة مرغوباً فيها أو مقبولة أصلاً.

إن الخطأ الذي يرتكبه أخصائيو الجنس عندما يقولون: «ممارسة الحب الجسدي مفيدة للصحة»، هو أنهم لا يضيفون: «شرط أن تقترن برغبة وموافقة الشريكين».

فبعض الأشخاص، ولا سيما من الرجال، يستطيعون القيام بالعمل الجنسي آلياً. والعمل الجنسي، في مفهومهم، ليس غير إشباع حاجة جسدية، والتنفيس عن ضغط طبيعي. غير أن معظمهم يعجزون عن التمييز بين عواطفهم وتصرفاتهم، حتى وإن حاولوا إقناع أنفسهم بالعكس.

ويروي لويس بوفيل القصة التالية بلسان إحدى «بنات الجيل الجديد»: «إني في الثالثة والعشرين من عمري، وقد بدأت أضاجع الشبان في السادسة عشرة والنصف، وقد ترك لي أهلي حبل الحرية على الغارب. وفي مثل هذا المحيط لم يكن وارداً أن تظل الفتاة عذراء لمدة طويلة، لأن مثل هذا يعتبر عيباً فيها، ونقصاً. وكانت صاحباتي كلهن تؤكدن لي أن هذا الأمر (ممارسة الجنس) مفيد جداً للبشرة، ولانتظام الدورة الدموية. ولم أجد ما يمنع الاندفاع مع التيار، فأنا أحب أن ألقى النجاح لدى الجنس الآخر، وأن أكون مرغوباً فيها من قبلهم. والواقع أني نجحت نجاحاً بعيد المدى، لأني أعطيت جمالاً وفتنة وبهاء. . إلا أني بدأت أنتقل من خيبة أمل إلى خيبة أمل. ذلك أني، في واقع أمري، مثلي كمثل بنات جنسي، تواقة إلى أن أجد في الحب ذلك الانصهار الكامل بالشخص المحبوب. وهذا ما عسر علي نواله. وليس بوسعي أن أتهم نفسي بالبرود الجنسي، لأن عشاقي كانوا يوفرون لي بلوغ المتعة الجنسية القصوى، ولكن ليس هذا ما كنت أبحث عنه فقط. . لأن لا مجال لمقارنته بالسعادة التي كنت أسعى إليها ولم أزل. . أما اليوم فلا أطيق مجرد اقتراب رجل مني. .».

لا نظن أننا بحاجة إلى القول إن هذه الفتاة التعيسة تعيش اليوم متنقلة بين عيادات الأطباء النسائيين والأطباء النفسيين!.

يقول أحد علماء النفس: «الحب عند الإنسان لا يحرك الأعضاء التناسلية والغريزة الجنسية وحسب، كما هو الشأن عند الحيوان».

وهذا رأي صحيح جداً. فمركز الإثارة الجنسية واقع في قاع الدماغ في القسم المسمى «هيبوتالاموس». ومجموع النشاط الدماغي، الواعي واللاواعي، يسهم في الحياة الجنسية للإنسان. ولنفترض أن امرأة ما قررت، وهي بكامل وعيها، ممارسة الجنس مع

رجل ما، وحتى إذا حصلت على مقدار من المتعة معه، فقد يحدث أن يكون عقلها الباطن (لا وعيها) معارضاً لهذه الفعلة، لسبب أو لآخر، فتكون النتيجة إصابة هذه المرأة بآفة نفسية جسدية «بسيكوزوماتيك» على صعيد الأعضاء التناسلية، أو في أي ناحية أخرى من نواحي جسدها. وقد لا تتعدى هذه الآفة شعوراً بتعب شديد، أو إرهاق لا مبرر واضحاً له، وربما كانت على شكل توفز عصبي عنيف.

وخلاصة القول إن جميع هذه الحالات تتناول، بالدرجة الأولى، الجانب النفسي من المشكلة، وهو، في كل حال، أمر لا يستهان به نظراً للترابط الوثيق بين الآفات النفسية والآفات الجسدية، وهو ترابط كشفته الأبحاث العلمية الحديثة.

أما إذا تركنا جانباً الأمثلة ذات الصفة النفسية، وعدنا إلى تحليل الصلات التي تربط ممارسة الجنس بالصحة العامة للإنسان، كان علينا أن نرجع، مرة أخرى، إلى نظرية «القدرة على بلوغ النشوة». ولا ينبغي أبداً الخلط بين هذه القدرة، وبين الفتوحات التي طالما اعتز بها الرجال وتباهوا! فالقدرة على بلوغ النشوة والاستمتاع بها تتعلق بالنساء أيضاً.

وتعريف النشوة «أو رعشة الحب» هي تلك الأهلية التي يمتلكها كل إنسان ويستطيع، عن طريقها، التوصل إلى استرخاء كامل في لحظات بلوغه النشوة، وتحريره طاقته الجنسية الحبيسة ليتمتع بلذة الحب، لا ليرزح تحت وطأة الاكتئاب، الذي يعتقد معظم الناس أن العملية الجنسية تسفر عنه بالضرورة.

ومن هنا كان علينا أن ننظر إلى كيفية بلوغ النشوة، لا إلى كميتها (أي عدد المرات التي يستطيع المرء تحقيقها فيها).

وتجزم الأبحاث أنه من المستحيل قطعاً تحديد الكمية التي تتوافق مع المرء في هذه السن أو تلك. فالواقع أن كل إنسان يختلف، على هذا الصعيد، عن الإنسان الآخر. كما أن للسن دورها الكبير في المسألة.

والشيء الثابت علمياً أن طاقة المرء الجنسية، من حيث الكم والكيف، تخضع للعوامل والشروط المادية والنفسية التي تسيطر على مجرى حياته. ولكن هذا لا يعني أن ليس ثمة معدل أساسي، يزيد أو ينقص تبعاً لتلك الأوضاع والظروف التي أشرنا إليها.

قد يحدث، خلال الحياة الزوجية، أن يشكو أحد الزوجين من مرض ما. فإذا كان هذا المرض خطيراً، عمد الطبيب إلى التحذير من ممارسة العملية الجنسية حتى يتم الشفاء الكامل.

ومع ذلك فقد يبدو أحياناً كثيرة أن الاحتياطات المتخذة على هذا الصعيد مبالغ فيها. وثمة أشخاص مسنون كثيرون يتخوفون من التأثير الضار الذي يمكن للنشاط الجنسي أن يتركه في صحتهم. وترتكز مؤلفة كتاب «الحب بعد الستين» على العديد من البحوث التي أجريت

مؤخراً، والتي أثبتت أن أكثرية ساحقة من الرجال والنساء الذين بلغوا الستين يتابعون نشاطهم الجنسي المنتظم، وهذا ما يعود على صحتهم الجسدية والنفسية بالخير العميم.

وتضيف: في أحد التقارير عن هذه الأبحاث تناولت رجالاً في الخامسة والستين، بلغ عددهم ٨٠٠ رجل من رجال الأعمال، والقانون، والمهندسين، والأطباء، واللاهوتيين، والكتاب، فتبين أن ٧٠ بالمئة منهم يقومون بوظائفهم الجنسية بصورة منتظمة، وبمعدل أربع مرات شهرياً على الأقل.

وتناولت دراسات أخرى فئة ممن تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسبعين والثانية والثمانين، فتبين أن نصفهم تقريباً ما زالوا قادرين على ممارسة العملية الجنسية بصورة مرضية جداً، وقد أكد ستة رجال من أصل ١٠٤ تناولتهم الدراسة، أنهم يمارسون العملية الجنسية أكثر من ثماني مرات شهرياً.

وتخلص مؤلفة الكتاب إلى القول: بعد كل هذه الآفاق التي فتحتها هذه الدراسات، هل يمكن أن يبقى أي شك حول فائدة النشاطات الجنسية في سني الشيخوخة المتقدمة؟ إن هذه النشاطات حاجة حقيقية ونفع لا ريب فيه.

ماذا عن مرضى القلب؟.

لكن السؤال الذي يشغل الباحثين والدارسين لا يزال: «لا يعتبر النشاط الجنسي مخاطرة بالنسبة للمصابين بآفات قلبية أو بارتفاع الضغط»؟.

لعلنا نجد الجواب في الحقائق التي كشفها ثلاثة أطباء مختصين بأمراض القلب. قال هؤلاء الأطباء إنهم استجوبوا بعض مرضاهم حول نشاطاتهم الجنسية بعد إصاباتهم القلبية. وقد تبين من الإجابات أن ربع هؤلاء المرضى فقط حافظوا على انتظام نشاطهم الجنسي، بينما انقطع ١٠ بالمئة منهم حتى غدوا عاجزين تماماً.

ولاحظ الأخصائيون الثلاثة أن النشاطات الجنسية بعد الإصابة بالآفات القلبية لم تكن ذات صلة البتة بعمر الرجال ولا بخطورة حالتهم، أو بالنصائح المعطاة إليهم من أطبائهم. إنها متعلقة فقط بأمزجة أولئك المرضى وطبائعهم. وإذا كانت الغالبية منهم قد عمدوا إلى وقف كل نشاط جنسي بعد الإصابة، فلأنهم باتوا مقتنعين بأن مثل هذه النشاطات مؤذية لصحتهم العامة، وأنها تنطوي على خطر يهدد قلوبهم المريضة.

والواقع أن الإثارة الجنسية وبلوغ الرعشة يؤثران على سرعة النبض، وعلى الضغط الدموي، وبالتالي على القلب. فمن الممكن أن يزداد النبض من ٧٠ ضربة في الدقيقة إلى ١٠٠ ضربة. وكذلك بالنسبة إلى سرعة التنفس التي يمكن أن ترتفع من ١٦-١٨ مرة في الدقيقة إلى ٦٠ مرة، أي ما يعادل سرعة تنفس بطل رياضي وهو في أوج جهده الجسدي.

ولهذا نجد معظم الأخصائيين ينصحون مرضاهم، في مرحلة الأزمة القلبية الحادة أو الذبحة الصدرية، بأن يحاذروا كل الحذر بالنسبة لكل جهد جسدي، بما فيه طبعاً الجهد الجنسي.

أما في حال وجود أزمة متطورة تطوراً إيجابياً نحو التحسن، فقد لاحظ الأطباء أن التوتر الذي ينجم عن الكبت الجنسي، يمكن له أن يكون أشد ضرراً من عملية وصال هادئة يتبعها استرخاء مريح.

وهذا يدفع بالأطباء إلى التردد في إعطاء التوصية الشاملة بالامتناع عن الممارسة الجنسية عند مرضاهم. فهم يعمدون، في مثل ذلك، إلى إجراء دراسات فردية على كل حالة خاصة، فما أن يتبين لهم عدم وجود خطر ما، حتى يأذنوا للمريض بمباشرة عمليات جنسية معتدلة ومريحة.

ويعرف أحدهم العملية الجنسية المريحة هكذا: إنها كل اتصال جنسي يتم في جو من الحنان والتعاطف مع شريك متفهم لوضع شريكه، راغب في معاونته على تحقيق رغبته. كما يشترط في الشريك الآخر أن يكون في صحة جيدة.

أما التعاون فيتم بتوفير الأوضاع المريحة للشريك المريض، والسير بالعملية سيراً وئيداً لا عنف فيه، ولا استعجال، مع عدم افتقاره، في كل الأحوال، إلى حرارة الحب والرغبة.

الاتزان النفسي

لم يعد من الممكن، في هذا العصر، التشبث بنظريات «القمع الجنسي» التي ظلت سائدة ـ تحت شعار الأخلاق والقيم الروحية ـ حتى نهاية القرن التاسع عشر.

ولكن هذا لا يعني أنه ينبغي لنا تبني النقيض المتطرف، أي الدعوة إلى التفلت من كل قيد وكل مفهوم خلقي. فالواقع أن التحرر الذي نراه حالياً، والذي شمل الأجساد والنفوس، قد أعاد للنشاط الجنسي مكانته الحقيقية، كالوظائف الرئيسية الأخرى التي يؤثر كل منها في توازننا النفسي.

وبهذا التحرر المعقول، تستعيد البشرية انسجامها مع القوانين الطبيعية الكبرى.

غير أن المخلوق البشري يتميز عن سائر مخلوقات الأرض بصفة فريدة، هي قدرته على تحويل وظيفة فيزيولوجية (عنينا استمرار النوع)، إلى حقيقة رائعة يسمونها.. الحب!.

أهمية الجنس للصحة العامة

الجنس مفيد للقلب، والبروستات.. ويزيل توتر الأعصاب، كما يحافظ على رشاقة الجسم لأن ممارسته بحد ذاتها تعتبر تمريناً رياضياً شاملاً..

يفهم الجميع أن حياة جنسية طبيعية وصحية يمكن أن تكون تعبيراً عن الحب والمشاعر الحميمة، وهي قمة الاتصال الكامل بين فردين، ولكن كم من الناس يعرف أن الجنس، إلى جانب كونه مقوٍّ مدهش وطبيعي لكافة أعضاء الجسم، مفيد أيضاً للصحة الجسدية والعقلية!.

إن العملية الفيزيولوجية التي تتم داخل أجسادنا خلال النشاط الجنسي، تكاد لا تنحصر في المنطقة الواقعة بين الفخذين.

فخلال العمل الجنسي تنشط مئات العضلات ـ من أعلى الرأس إلى أخمص القدمين، متقلصة ومرتخية بانتظام وإيقاع ـ فيما يتحرك الجسم إلى الأمام والوراء، إلى الأعلى وإلى الأسفل. وكلما ازدادت حركات الجسد، ازدادت سرعة خفقان القلب، وارتفع ضغط الدم، وازداد نشاط الغدد. ويصبح معدل دقات القلب عند بلوغ ذروة النشوة ١٤٠ أو ١٥٠ ضربة في الدقيقة. وتقارب هذه النسبة دقات قلب رجل رياضي وهو في قمة أدائه. كما تتقلص عضلات كل من الردفين، والحوض، والفخذين، والتجويفات الصدرية، وعضلات اليدين، والرجلين، والرقبة... فتصبح تلك العضلات قاسية، وأحياناً تبلغ درجة التشنج.

وفي نفس الوقت، وبشكل تلقائي، تأخذ الغدد الصماء في إفراز عدد من الهرمونات التي من خصائصها القضاء على الدهون، مثل هرمون النمو النخامي، وهرمون الأدرينالين، والهرمون الدرقي. وتدخل هذه الهرمونات مجرى الدم لتساعد في تخفيض مستوى الكوليستيرول، والحوامض الدهنية المتواجدة في الأوردة الدموية.

وكل هذا النشاط البيولوجي هو بمثابة عامل مقو يساعد في حفظ حياتنا وابقائنا متمتعين بالصحة الجيدة. وكما أن السكتة القلبية هي واحدة من أكبر مسببات الموت في عصرنا الحالي.. كذلك فإن القلب السليم القوي هو من أهم عوامل الحياة المديدة.

تمرين مفيد للقلب

ويعتبر الجنس بشكل خاص من أفضل التمارين المفيدة للقلب. فممارسة النشاط الجنسي يساعد في تقوية عضلات القلب، ويمكنه من العمل بشكل أفضل، ويمنع انسداد الشريان التاجي برقائق الكوليسترول ورواسب الدهون الأخرى.

اجمع أشهر أخصائيي القلب على أن الشخص الذي أصيب بانسداد الشريان التاجي، ثم كتبت له النجاة، وشفي تماماً دون إصابته بمضاعفات، كاحتقان القلب، وقصور في التنفس عند المشي... بوسع هذا الشخص أن يعاود استئناف نشاطه الجنسي بأمان واطمئنان بعد مضي ستة أو ثمانية أسابيع على شفائه.

وممارسة النشاط الجنسي ممتاز من جهة تخفيف حدة احتقان البروستات. فإذا كان

الرجل قد عاش حياة جنسية نشطة لسنين عديدة، عليه أن يتابع حياته هذه بصورة معتدلة، حتى وإن كان يعاني من تضخم بسيط في البروستات. لأن الامتناع عن ممارسة الجماع قد يضر به أكثر مما ينفعه، إذ إنه يحصل على راحة أكثر في مزاولة النشاط الجنسي وتحقيق القذف، من اللجوء إلى تدليك البروستات. وبالتأكيد فإن العلاج الأول هو أكثر إمتاعاً من غيره.

الأرق والجنس

والأرق مشكلة أخرى تتجاوب برقة وجمال النشاط الجنسي. فقضاء فترة في ممارسة الجنس قبل النوم، لهو بمثابة سيمفونية رائعة تجلب النوم، وهو مرشد مثالي إلى ليلة هادئة ونوم عميق. والمحادثة الحميمة التي تلي الوصال هي جزء حيوي من العمل الجنسي، وذات نفع لكلا الشريكين، ولكن لسوء الحظ فإن هذه الناحية تهمل دائماً من معظم الرجال.

ومن المسلمات الفيزيولوجية أن الانفعال الجنسي لدى المرأة يحتاج إلى وقت طويل نسبياً كي يهمد أواره، بعكس الرجل الذي تنطفئ شهوته ويخبو انفعاله مباشرة بعد القذف. لذلك تحب المرأة من زوجها أن يضمها بذراعيه بعد انتهاء المضاجعة، ويستمر في صب كلمات الحب والغزل الرقيقة في أذنها، لكي تشعر بزهو الحب، وبأنها ليست مجرد جسد يشتهى.

وكثيراً ما تمر المرأة بفترات إثارة متتالية صعوداً وهبوطاً إبان ذلك. والحصول على المودة بعد عنف الوصال له عدة حسنات عاطفية وجسدية. فهي تمنح الطرفين إحساساً عميقاً بالاسترخاء، وشعوراً حالماً ناعساً مبهجاً، فلا يدريان إلا وهما يغفوان بين ذراعي بعضهما البعض.

افضل مزيل للتوتر

وإلى جانب محاسن الجنس كجالب للنوم، فإنه يخفف من حدة توترات الحياة اليومية، وذلك عن طريق إراحة الذهن وحمله على الاسترخاء. إنه يؤمن فترة راحة رائعة للأشخاص الذين يتعرضون باستمرار لمنافسات شديدة في محيط العمل، أو لحياة عائلية كثيرة المتطلبات.

ومما يدعو إلى السخرية هو أن بعض النساء يمتنع عن الممارسة الجنسية بحجة الصداع، أو الإرهاق العصبي نتيجة الأعمال المنزلية ورعاية الأولاد. وهؤلاء في الواقع يحرمن أنفسهن من متعة عاطفية عميقة لا توفرها أية حبوب مسكنة للصداع والأعصاب، أو أية وجبة طعام خفيفة يتناولنها قبل النوم. فالاسترخاء الهادئ الذي يعقب المضاجعة يسكن توتراتنا، ويعيد إلينا إقبالنا على متع الحياة.

يحافظ على رشاقة الجسم

وثمة فائدة مميزة نحصل عليها من ممارسة النشاطات الجنسية، ويجدر بنا جميعاً أن

تتذكرها دائماً، وهي أنها تبعد عنا السمنة الزائدة. فالجنس لا يضاهيه أي من وسائل ضبط الوزن المتبعة. أولاً إنه مجاني لا يتطلب أية معدات (إلا إذا رغب الشريكان بذلك)، ويمكن إدراجه بسهولة في الروتين اليومي، ويمارس في المناخات الباردة والحارة، وهو بحد ذاته عمل مبهج. والجنس يساعد على الاحتفاظ برشاقة الجسم بالطرق التالية:

١ـ إن كل مضاجعة تحرق ما لا يقل عن مئتي وحدة حرارية، وتخفيض الوحدات الحرارية هو ما تهدف إليه عملية تخفيض الوزن.

٢ـ هناك أدلة على أن الجنس قد يبلد مراكز الدماغ المنظمة للشهية. ويعتقد أن مركز التجاوب الجنسي يقع في غدة الهيبوتالموث ـ نفس المنطقة من الدماغ التي تحتوي على مراكز ضبط الشهية. لذلك من الممكن جداً أن يؤثر ازدياد نشاط أحدهما على تخفيض نشاط الآخر.

٣ـ ممارسة الجنس تزيد إنتاج الهرمونات المدمرة للدهون التي تتجمع في خلايا الجسد.

٤ـ النشاط الجنسي يحل مكان الاحتياج العاطفي الذي يحمل أناساً كثيرين على الإفراط في الطعام. أما الشعار الذي يُرفع «مد يدك إلى شريك فراشك بدلاً من أن تمدها إلى صحن طعامك» فإنه يدلل على أن ازدياد النشاط الجنسي سيمكن المرء من خفض وزنه، وذلك عن طريق استبدال احتياج عاطفي بآخر جنسي.

٥ـ إن الحياة الجنسية الناشطة تعزز دوافع المرء إلى تخفيض وزنه، ومن ثم الاحتفاظ برشاقته. فالرغبة في أن يكون المرء جذاب القوام هي من أكبر العوامل التي تدفعه إلى تخفيض وزنه.

وبخلاف الطرق الأخرى الهادفة إلى الحصول على الشكل اللائق، وتخفيف التوتر، فإن الجنس أسلوب طبيعي تماماً ومصمم للمشاركة. إذن فما يمنع أن تباشر تنفيذ برنامج خاص للياقة الجسدية والعقلية بمعاونة شريك متفهم يعي قيمة الصحة وتأثيرها الكبير على الحياة!.

المراجع

١ ـ طبيب العائلة.

٢ ـ الجنس والصحة، د. سبيرو فاخوري.

٣ ـ طبيبك.

٤ ـ طبيبك الخاص.

٥ ـ الجنس أسراره ومشكلاته.

٦ ـ مجلة الإسلام: السنة الثالثة.

٧ ـ الجنس والنفس. د. علي كمال.

الفهرس

القسم الأول: وصايا ونصائح لزواج سعيد ٥

طبيعة الحياة الزوجية وتركيبها وما يترتب على التقاء الزوجين ٨

فوائد النكاح ٩

الخصال المطيبة للعيش ١٣

الحقوق المشتركة بين الزوجين ٢٠

قوامة الرجال على النساء ٢٦

من صفات الصالحات أن يكن طائعات ٢٩

غير الصالحات هن الناشزات ٣٠

الإجراءات المستخدمة مع الناشزات ٣٠

المر■ الصالحة خير متاع الدنيا ٣٣

أركان وشروط وآداب العقد ٣٥

همسة في أذن كل عريس وعروس ٣٧

كيف يتم اللقاء ٤٠

نصائح الآباء والأمهات لكل عروس وعريس ٤٢

عشر نصائح للعروسة ٤٨

وصايا ونصائح لزواج سعيد ٥٠

١ ـ التواصل: ٥٠

٢ ـ العاطفة: ٥١

٣ ـ التسامح: ٥١

٤ ـ الصدق: ٥١

٥ ـ عدم الغيرة: ٥٢

٦ ـ القبول: ٥٢

٧ ـ الاحترام: ٥٢

٨ ـ التقاليد: ٥٣

٩ ـ مشاركة الأحلام: ٥٣

١٠ ـ الشجاعة: ٥٣

١١ ـ الشجار في غرفة النوم وبصوت منخفض: ٥٤

١٢ ـ لا أسرار ولا اعترافات: ٥٤
١٣ ـ التسامح في الأخطاء: ٥٤
١٤ ـ الإنفاق بقدر الموارد: ٥٤
١٥ ـ عقارب الأقارب: ٥٤
١٦ ـ الزواج ليس منفعة: ٥٥
١٧ ـ فليكن لقاء كل يوم كأول لقاء: ٥٥
١٨ ـ الاختلاط بحدود: ٥٥
١٩ ـ الطلاق ممنوع: ٥٥
من آداب اللقاء: ملاطفة الزوجة ٥٧
آداب الجماع ٥٩
فض البكارة بالأصبع: ٦١
إشهار دم البكارة: ٦١
الإنكار على الفتاة ثيوبتها: ٦١
الجهل الشديد والحب الشديد! ٦٦
آداب أخرى للقاء ٦٧
إظهار محاسن المرأة لزوجها والاهتمام بمظهرها ٦٩
التحذير من هجر فراش الزوج ٧٣
ما يحدث بين الرجل والمرأة سر لا يجوز البوح به ٧٧
المطلوب والممنوع أثناء اللقاء ٧٩
ماذا تفعل إذا أصبت بالعنة ٨١
سري وخاص للمرأة ٨٤
القسم الثاني: آداب اللقاء الجنسي ٨٧
المقدمة ٨٩
ألجِمَاعُ ماهيته وأوقاته ٩١
أنفع الجماع ٩٦
الأوقات المفضلة لممارسة الجنس ٩٧
تكرار الجماع وأضرارهُ ٩٨
إباحة التلذذ بسائر البدن ٩٨
رسول الحب بين الجسدين ١٠١
المداعبة وأثرها ١٠١
الملاطفات الجنسية ١٠٣
المداعبة... علاج الضعف الجنسي الطارئ ١٠٨
العطور والروائح وعلاقتها بالإثارة الجنسية ١١١

السعادة الجنسية!! ١١٢
الرعشة الجنسية قبل الولادة وبعدها ١١٥
العادة السرية ١١٧
أضرار العادة السرية ١٢٠
العادة السرية والضعف الجنسي ١٢١
العجز الجنسي ١٣٦
دور المرأة في إصابة الرجل بالضعف الجنسي ١٣٨
العزل والضعف الجنسي ١٤٠
الأمراض المؤدية للضعف الجنسي ١٤٩
الضعف الجنسي لأسباب نفسية ١٥٤
الضعف الجنسي العضوي ١٥٧
الضعف الجنسي وسيلة لعقاب النفس ١٥٨
المخاوف الجنسية ١٦٠
مخاوف المرأة ١٦٠
لماذا يكره الرجل والمرأة الجنس أحياناً؟ ١٦٠
الجنس والدورة الشهرية ١٦٣
التدخين والدورة الشهرية ١٦٣
تحذير.. في شهر العسل ١٦٦
المضادات الحيوية والجنس ١٦٨
حبوب منع الحمل للدجاج وأثره على الجنس ١٦٨
الملابس الضيقة والقدرة الجنسية ١٧٠
الملابس الضيقة والتهاب الأعضاء التناسلية ١٧٠
المعركة بين الجنسين ١٧٤
الروتين الجنسي يقتل السعادة الزوجية ١٧٨
ممارسة الجنس نعمة للصحة أم نقمة عليها ١٨٢
أهمية الجنس للصحة العامة ١٩٣
المراجع ١٩٧

الزواج هو نعمة على الفرد والمجتمع،

فهو يعني الاستقرار والعصمة، والبعد عن الخطيئة، ويعني أن تتكوّن أسرة، ويظهر أفراد جدد يسهمون في رقي المجتمع وتقدمه.

ولكن كيف يمكن للزواج أن يحقق النجاح المنشود، ويخلق الأسرة السعيدة المطمئنّة؟

هذا هو السؤال الذي حيَّر الباحثين والأخصائيين في شتى المجالات.

ومن هنا كانت أهمية وضع الأسس السليمة للحياة الزوجية الناجحة والسعيدة.

وليس عملي هذا إلا جهد متواضع في هذا المجال الحيوي والانساني. لعلَّ ما جمعته حول هذا الموضوع يشكّل قبساً من نور وغيضاً من فيض.

والله الموفق.

عايدة أحمد الرواجبة